

山形のお母さんがつくる子育て情報誌「マーメイド」

# mammaid

マーメイドとは、お母さん意味する「mam(ママ)」と、援助や支持を意味する「aid(エイド)」を合成した造語です。

考えよう!

Special.01

わが家の家事シェア  
kaji share



Special.02

mammaid

子育てママの家づくりガイド

1

2020 NOV

無料  
FREE  
PAPER

# キッズ&ベビーフォト

1/26-2/29

●対象/6ヶ月～小学1年生のお子様

とびきりおしゃれして撮影しよう★データつき撮影プラン、期間限定登場!



【10カットプラン】

撮影料 9,800円+



全データ付き  
プランも  
あります!

※衣装はドレス・タキシード・カジュアル衣装・きぐるみいろいろお選びいただけます。※私服での撮影も可能です。  
※2着目撮影の場合は別途2,000円(+税)いただきます。※ヘアメイクは2歳以上のお子様が対象です。

家族で  
姉弟での撮影も  
できます



## 桃の節句フォト

1/2-3/31

対象/4ヶ月～1歳児のお子様  
端午の節句もご予約受付中!!

撮影料 **0円**  
通常価格 3,000円(+税)

詳しくは  
WEBをチェック!



撮影 衣装&ヘアメイク

※1枚目はお1人写しに限りです。

●ドレス・タキシード・着ぐるみへのお着替え無料!

※お着替えしたお写真は1枚以上ご購入ください。

●キーホルダー1個プレゼント!

※5,000円(+税)以上お求めの方が対象です。

※お写真はお求めいただいた中からお選びください。

●A4デザインフォト1枚プレゼント!

※10,000円(+税)以上お求めの方が対象です。

※お写真はお求めいただいた中からお選びください。



## ハーフ成人式

1/2-4/12

対象/10歳のお子様  
10歳を迎えた記念をお祝いしよう!

撮影料 **0円**  
通常価格 10,000円(+税)

詳しくは  
WEBをチェック!



撮影 衣装&ヘアメイク

※1枚目はお1人写しに限りです。

●ドレス・タキシードへのお着替え無料!



## 十三参り

1/2-4/12

対象/13歳のお子様  
卒業の記念に袴姿がオススメです!

撮影料 **0円**  
通常価格 10,000円(+税)

詳しくは  
WEBをチェック!



撮影 衣装&ヘアメイク

※1枚目はお1人写しに限りです。

●入学の記念に  
中学校制服  
撮影無料!



着物で家族写真が撮れます!

パパママスタジオプラン

セットプランをご購入で 無料!

通常価格 5,000円(+税)/1着



PHOTO STUDIO  
**Shaleny**

シャレニー 検索  
www.shaleny.com

プリント  
料金  
子供料別

キッズ写真	3,000円(+税)
ファミリー	4,500円(+税)
印刷写真	6,000円(+税)



シャレニーイオン山形北店

TEL 0120-978-402

シャレニー山形南店

TEL 0120-055-402

山形市馬見ヶ崎2-12-19  
イオン山形北店2F  
【営業時間】 月～土 10:00～19:00  
日・祝 9:00～19:00

山形市鳥居ヶ丘9-35  
【営業時間】 9:30～18:30  
【定休日】毎週水曜日  
【年末休業日】12/28(土)～1/31(日)

予約料 **ベビーイベント** 7月～11月のお子様対象

1,000円 税込 データ1カットつき

開催日程  
イオン山形北店  
2/5日 13:30～15:30  
3/1日 18:00  
2/18日 10:00～12:00  
※写真はイメージです。





oyatsu-biyori

# おやつ日和

家事に育児に毎日忙しいけれど、ちょっと空いた時間に手作りおやつ作っちゃおう。子どもと一緒に作る楽しさ。一緒に味わうおいしさ。

『ママになってよかった』って感じる親子の貴重な時間です。「おいしい♪」の笑顔が何よりもママの宝物だよ。

コーヒートの代わりに紅茶で作った上品なティラミス。  
りんごで作ったバラの花を添えて、ちょっぴりゴージャスに。



MENU

りんごと紅茶の  
ティラミス

材料  
(16cm型1台分)

- ★ビスケット……………100g
- ★マスカルポーネ……………200g
- ★生クリーム……………100g

- ★グラニュー糖……………40g
- ★卵黄……………1個分
- ★シナモンパウダー……………適量

- <シロップ>
- ★紅茶……………ティーバッグ4袋
- ★グラニュー糖……………20g

- <コンポート>
- ★りんご……………1個
- ★グラニュー糖……………大さじ4
- ★レモン汁……………小さじ2

**下準備** <シロップ> 小鍋に水 200cc (分量外)を入れ、沸騰したら紅茶を入れて抽出し、グラニュー糖を加えて冷ましておく。  
<コンポート> りんご1/2個をさいの目に、1/2個を皮付きのまま薄くスライスして耐熱皿に並べる。グラニュー糖とレモン汁をかけレンジで5分加熱して冷ましておく。

●ビスケットをシロップに漬し、型の中に敷き詰め、そこに角切りのりんごコンポートの半量をのせておく。



●生クリームとグラニュー糖20gをボウルに入れ、泡立て器で7分立てし、冷蔵庫へ入れておく。



●別のボウルにマスカルポーネチーズ、卵黄、残りのグラニュー糖を加え泡立て器で混ぜ合わせる。そこに、②を加えて更に混ぜ合わせる。



●①のビスケットの上にクリームの半量を入れ、残りのビスケットと角切りのりんごコンポートを敷き詰め、上からクリームを流し入れる。



スライスしたりんごのコンポートをクルクル巻いてバラの花を作り、ティラミスの上にのせる。  
食べる直前にシナモンパウダーを茶こしてふりかけたら完成。

トッピング

Information

La Casa 天童店 ☎023-665-4510  
天童市芳賀タウン南三丁目3-27  
【営】10:00～20:00  
【休】年中無休

ラカーサ 雑貨 観音

ギフトのご相談もお気軽にどうぞ!

ご予約・ご希望に応じて、スタッフが素敵なギフトを選ぶお手伝いをさせていただきますのでお気軽にご相談くださいませ。ラッピングやメッセージカードの贈り物も選ぶことができます。大切な方に、心のこもった素敵な贈り物を、ギフト選びはぜひ、La Casaで。

考えよう!

# わが家の家事シェア

kaji share



家族が快適に暮らすためにやらなくてはならないけれど、やってもやっても終わりがないもの。それが、家事。仕事に育児に家事に、毎日奮闘している子育て世代は、どんな風に家事と向き合っているのでしょうか。家庭内でストレスなく家事を回していく方法について考えてみましょう。

忙しい子育てファミリーの一日は、「名もなき家事」が積み重なってできている!!



朝ごはんを用意して、お弁当を作って、子どもたちの身支度をして...  
朝ははてんでご舞い!!

家の顔である玄関。  
脱ぎ散らかされた靴を見ただけで...  
ぐったり!!



家族が高い時間を過ごすリビング。  
気を付くと、あつという間にものだらけ。  
掃除してもすぐに散らかる...

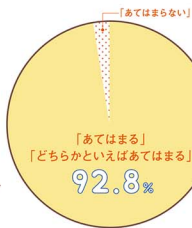
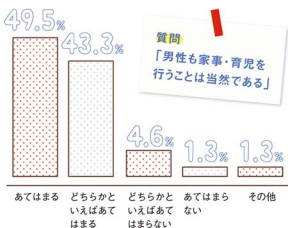
「名もなき家事」という言葉、最近よく耳にしますよね。料理、洗濯、掃除といった、明確に定義されていること以外にも、家の中には無数の細かな作業が存在し、それを誰かがやらなければ、生活はスムーズには回りません。名もなき家事にはどんなものがあるのか、リストアップしてみました。これを見ながら、あなたの家ではどれを誰が担当しているか、checkしてみましょう!

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>ゴミまわり</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 35</li> <li><input type="checkbox"/> 34</li> <li><input type="checkbox"/> 33</li> <li><input type="checkbox"/> 32</li> <li><input type="checkbox"/> 31</li> </ul> <p>※あなたの家ならではの「名もなき家事」を書き足してみてね。</p> | <p><b>住</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>30 玄関靴を脱ぐ、町内やマンションの集合に参加する</li> <li>29 掃除機をかける</li> <li>28 洗濯物の水やり</li> <li>27 トイレレットペーパーの買いだし補充</li> <li>26 手洗い場のタオルをり換える</li> <li>25 切れた電球の交換</li> <li>24 使ったハサミを元に戻す</li> <li>23 靴かきをする</li> <li>22 掃除機をかける</li> <li>21 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>20 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>19 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>18 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>17 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>16 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>15 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>14 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>13 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>12 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>11 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>10 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>9 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>8 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>7 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>6 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>5 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>4 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>3 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>2 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>1 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> </ul> | <p><b>食</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>14 子どもの水筒、おしぼりなど持ち物の準備</li> <li>13 ベッドや布団を整える</li> <li>12 玄関の靴をそろえる</li> <li>11 シャンプーや洗剤を補充し詰め替える</li> <li>10 トイレレットペーパーの買いだし補充</li> <li>9 手洗い場のタオルをり換える</li> <li>8 切れた電球の交換</li> <li>7 使ったハサミを元に戻す</li> <li>6 靴かきをする</li> <li>5 掃除機をかける</li> <li>4 洗濯物の水やり</li> <li>3 トイレレットペーパーの買いだし補充</li> <li>2 手洗い場のタオルをり換える</li> <li>1 玄関靴を脱ぐ、町内やマンションの集合に参加する</li> </ul> | <p><b>衣</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>11 飲み残したグラスを片付ける</li> <li>10 食後・残りの食品を冷蔵庫にしまう</li> <li>9 子どもに食事を与える</li> <li>8 食卓の前の食器を片付ける</li> <li>7 食卓の片付け</li> <li>6 子どもに食事を与える</li> <li>5 食卓の片付け</li> <li>4 クリーニングに出す、取りに行く</li> <li>3 シャツのアイロンがけをする</li> <li>2 洗濯機のフィルターを掃除する</li> <li>1 子どもの肉すくを洗う</li> </ul> | <p><b>名もなき家事」リスト</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1 脱ぎっぱなしのコートをしらう</li> <li>2 裏返しに脱いで放置された靴下を元に戻す</li> <li>3 シャツのアイロンがけをする</li> <li>4 クリーニングに出す、取りに行く</li> <li>5 洗濯機のフィルターを掃除する</li> <li>6 子どもに肉すくを洗う</li> <li>7 食卓の片付け</li> <li>8 食卓の前の食器を片付ける</li> <li>9 子どもに食事を与える</li> <li>10 食後・残りの食品を冷蔵庫にしまう</li> <li>11 飲み残したグラスを片付ける</li> <li>12 玄関の靴をそろえる</li> <li>13 ベッドや布団を整える</li> <li>14 子どもの水筒、おしぼりなど持ち物の準備</li> <li>15 トイレレットペーパーの買いだし補充</li> <li>16 シャンプーや洗剤を補充し詰め替える</li> <li>17 トイレレットペーパーの買いだし補充</li> <li>18 手洗い場のタオルをり換える</li> <li>19 掃除機をかける</li> <li>20 玄関靴を脱ぐ、町内やマンションの集合に参加する</li> <li>21 洗濯物の水やり</li> <li>22 ベッドの世話</li> <li>23 切れた電球の交換</li> <li>24 使ったハサミを元に戻す</li> <li>25 靴かきをする</li> <li>26 掃除機をかける</li> <li>27 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>28 家族ごとのゴミをまとめて、新しいゴミ袋をセットする</li> <li>29 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>30 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>31 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>32 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> <li>33 郵便物・チラシを手チェックし不要なものを処分する</li> <li>34 新聞紙・雑誌などをまとめて捨てる</li> <li>35 ゴミを分別し、決められた曜日・時間に収集所に出す</li> </ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



意識調査

「男性も家事・育児を行うべき」が9割超!



家事は誰がどれくらいやっている?

# 理想と現実

酒田市が20~39歳の女性900人を対象に行ったアンケート調査によると、「男性も家事育児を行うことは当然である」という質問に対し、「あてはまる」「どちらかといえばあてはまる」の回答が合わせて92.8%に上りました。

酒田市女性の暮らしと働き方に関するアンケート調査(2017年)



## Mom's voice

男性にも家事育児をやってほしいと思っはいても、実際はどうなのでしょう。mamaidアンケート会員に、夫婦での家事分担の割合についてお聞きしたところ、平均は、夫20%:妻80%という結果でした。

フルタイム共働き、妻はパート、妻は専業主婦など、家庭によって状況はさまざま。家事分担の割合も、大きく差がある結果でした。ママから寄せられた声をいくつか紹介します。

**家事分担は夫婦で50:50**くらいです。夫も運んで家事をしてくれ、お願いしなくても自らしてくるようになります。お互い得意分野があるので、マナー料理や掃除、パイル洗濯、車や車のメンテナンスなど分担しています。(南陽市・Sさん)

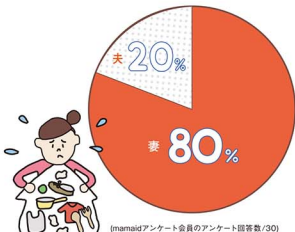
家事分担は**夫5:妻95**ですかね…。夫は頼めばやってくれるけど、言われないと何もしません。頼む方が面倒で私がやってしまっているけど、本当はもう少し主体的にお願いしたい。(山形市・Hさん)

家事の分担**100%私**。子育ての分担90%私、10%主人。期待することを諦めました。もうこのスタイルに慣れました。(宮河江市・Mさん)

**夫30:妻70**。仕事柄夫は家にいないことが多いですが、家にいる時は家事してくれます。でも、感謝する一方、食器洗ったら洗いばなし、片付けはしない…。もう一歩頑張ってほしい。(東根市・Iさん)

家事分担は**9割私**です。夫の家事はゴミ捨て、休みの日の洗濯物干しや掃除機のみです。やはり専業主婦だと聞いて夫には頼みづらいし、やらせたらやらかすと思う通りにならないので、自分でやっています。(山形市・Kさん)

私が育児中で、今は**私が100%**です。たまに夫が家事をすると、「ありがとう」と言った方がやる気になるのかも知れないけど、私は毎日やっても感謝されないし…。とぞぞやります。仕事復帰したら、分担したいと聞かないと思うので、どうするか課題です。(山形市・Fさん)



(mamaidアンケート会員のアンケート回答数:30)

## 家事負担が女性に偏っている現状について、専門家にお話を伺いました。

今は、女性が出産後も仕事を続けて共働き…というスタイルが当たり前になってきています。しかし、国際比較すると、6歳未満の子もいる夫婦の家事分担で、日本は諸外国に比べて女性の負担が圧倒的に大きいのが現状です。

Advice ①

### 「家事はみんなで」を習慣化しよう!

提案したいのは「家事は家族みんなでやりますよ」ということ。夫婦だけでなく、子どもも含めて、お手伝いではなく家の中で役割を決めてはどうでしょうか。「あなたがやらないと、みんなが困るんだ」と、と任せることは、子どもの責任感を育てます。ママがばばっやってしまった方が早いことも多いですね。でも、そこはグッとこらえて、「家事はみんなでやるもの」という習慣作りから始めてみましょう。

Advice ②

### 「よくできた妻」、「いい母」を手放そう!

山形の女性は、我慢強く働き者で、頑張すぎているのではないかと感じます。それが女性の「徳」だと、女性自身が思い込んでいる面もあるのかもしれません。あまり抱え込みすぎると、自分だけが負担が大きくなってしまいという気持ちになってしまいますよね。「よくできた妻、いい母でなくてはならない」という思いを手放した方が、自分が楽になるし、自然とママの笑顔が増えて家族も円満になるのではないのでしょうか。



東北公益大学科  
伊藤 真知子教授  
社会学・女性学が専門。性別役割分業といったジェンダーに関する研究。論文も発表している。

mamaldアンケート会員へ聞いた、ママが家事で辛いと思っていること...  
 もっとも多かったのは、**毎日の献立を考えること!!** / でした。



普段あまり料理をしないパパでも挑戦しやすいよう、  
 工程が少なめでシンプルなレシピです。  
 3品作れば、大満足の食卓が完成!

**丸めない!揚げない!  
 簡単スコップコロッケ**



ママをお助け!パパと子どもで  
 作れる簡単レシピをこ紹介します。



Pono Pono Kitchen  
 佐藤 美和さん

山形市江南にて新米ママ向けの離乳食や幼児食などの料理教室を開催中。管理栄養士、元保育園栄養士。

**材料(4人分)**

- ・じゃがいも...500g(中4個)
- A バター...10g(大さじ1個)
- ・牛乳...大さじ2
- ・ひき肉(合挽き)...200g
- ・玉ねぎ...100g(中1/2個)
- ・オリーブオイル...大さじ1
- ①塩...小さじ1/3
- B こしよろこ少々
- ・ピザ用チーズ...適量
- C パン粉...30g(2/3カップ)
- オリーブオイル...大さじ1

たまごの皮むきはボウにまかせて!



3歳未満はPOINT

5歳未満はPOINT  
 熱いうちならかんたんにつぶせるんだね!



**作り方**

- ①じゃがいもは皮をむいて4等分に切る。さっと水洗いしてから耐熱皿に入れ、ラップをかけ、600Wの電子レンジで10分程度、やわらかくなるまで加熱。櫛を刺してじゃがいもが柔らかくなっているか確認する。じゃがいもをボウルに入れ、熱いうちに油、Aを加えてよく混ぜる。
- ②玉ねぎはみじん切りにする。フライパンにオリーブオイルを中火で熱し、挽肉をほぐしながら炒め、玉ねぎも加え、しんなりするまで炒める。Bを加え、味を整える。
- ③①のじゃがいもに②を加え、よく混ぜ合わせる。
- ④Cのパン粉とオリーブオイルをよく混ぜ合わせておく。
- ⑤耐熱容器に、③を敷き詰め、ピザチーズ、④を敷き、(写真)オーブントースターで5分程度、パン粉に焼き目がつくまで焼く。(オープンの場合は250℃で15分程度)



7歳未満はPOINT  
 やけどしないように気をつけなくちゃ



**ポイント**  
 パン粉にオリーブオイルを混ぜることで、少ない油でも焼き上がりのさくり感が増し、仕上がりがきれいに。パン粉は、生パン粉だと、よりサクサクした食感になります。



換気扇を回す!ママの救世主になる!



お手伝いってのしいね!





材料(4人分)

- ・豚バラ薄切り肉…8枚(200g)
- ・豆腐…1/2パック
- ・もやし…1/2袋
- ・塩…適量
- ・こしょう…適量

- A
- ・ポン酢…大さじ3
  - ・ごま油…大さじ1
  - ・長ねぎ…5cm分
  - ・紗り白ごま…小さじ1



作り方

- 豆腐は根元を切り落とす。もやしは洗って水を切っておく。
- 豚肉を縦に広げ、塩、こしょうをふり、豆腐ともやしを乗せて、豚肉の手前から巻いていく。
- 耐熱皿に②を置き、ふんわりラップをかけ600Wで5分程度、豚肉に火が通るまで加熱する。
- Aの材料を混ぜ合わせ、タレを作り、③にかけていただく。  
※子どもが噛み切れない場合は、真ん中で切ってあげね。

くさー!!  
くさー!!



7分  
1パック  
10分

## 巻くだけ簡単! 豆苗の豚バラロールレンジ蒸し



ポイント

栄養豊富な豆腐は季節に関係なく1年中栽培されているので、葉物野菜が少なくなるこれから時期にもってこの食材。再収穫も出来るので、お子さんと一緒に育ててみるのも。

ええっ? 調理下準備が作れるに?!



## 包丁いらずでお手軽! ツナときのこの炊き込みご飯

材料(4人分)

- ・米…2合
  - ・水…適量
- A
- ・しょうゆ…大さじ1
  - ・みりん…大さじ1
  - ・日本酒…大さじ1
  - ・ツナ油漬缶…1缶(70g)
  - ・めじ…1/2パック
  - ・舞茸…1/2パック
  - ・しょうゆ…大さじ1
  - ・万能ねぎ…1本



作り方

- お米は研いで炊飯器のお釜に入れ、Aの調味料を加えてから目盛りまで水を入れ、よく混ぜる。
- めじは石づきを取りほぐす。舞茸は細かくほぐす。きのこをボウルに入れ、軽く油を切ったツナとしょうゆを加え、きのこに混ぜるように混ぜる。



- ①のお米の上に②を乗せて、炊飯器のスイッチを入れる。
- 炊き上がったらさっくり混ぜ、お茶碗に盛り付け、キッチンばさみで切った万能ねぎを散らす。



ボクもできるよ!

3分  
5分  
10分



今日の食卓に活用したい! 子供も食べやすい!

## PonoPono Kitchen

### 講座情報

#### 〈幼児食の会〉 1月8日(水)

子どもが好きなメニューを中心に、好き嫌いがあっても食べやすいメニューが盛り込まれた子どもたちでも楽しめられる料理のバリエーションを伝授します。

#### 〈子ども食育クッキング〉 1月25日(土)

親子で料理に挑戦! 図面で紹介した3品をレッスンします。パパとの参加も大歓迎☆

離乳食講座は随時相談に応じていますので、お問合せ下さい。

※問合せ、申し込みはHPをチェック!





遠藤さんファミリー

## 住まいから家事のしやすさを変える?! 「家事シェアハウス」に行ってみたよ!

ハウスメーカーの大和ハウス工業は、「自分のことは自分でする」をテーマに、家族が自然に家事に参加できるようにさまざまな工夫をした「家事シェアハウス」を提案しています。mamaid読者ファミリーが、家族みんなが家事に参加しやすくなるおうちを体験してきたよ!

### point 1 玄関に自分専用ロッカー

#### 家事動線を明確にする

帰宅したら、自分のロッカーに靴をしまい、コートや上着をかけます。玄関で自分のものを片付ける習慣が出来て、散らかりを防止します。



パパみたいに、自分の上着は自分でかけるよ!



### point 2 リビングに自分専用ボックス

#### 自分のことは自分でできる仕組み

リビングは、家族それぞれが使った物が散らかりがち。一人一人が自分のボックスにしまうようになれば、物が置かばなし、出っっぱなしでママが片付けに追われる…というストレスがなくなります。



子どもが自分でお片付けできる習慣づけが出来そう。



share

### point 3 冷凍収納庫

#### 情報をひとまとめにしてスッキリ

冷蔵庫に貼ってしまいがちな便りやプリント。専用の場所にひとまとめすることで、迷子を防ぎ、見た目美しく!

来客時には扉を閉めてすっきり生活感を隠せます。



自分も共有する一田舎が、家事シェアを推進しています。

### point 4 物の一時置場を決める階段ボックス

#### 自然に家事に取り組む工夫

畳んだ洗濯物や子ども用品など、2階に持っていくもの一時置きする場所を階段わきに設置。階段に服や物が積みあがって通れない…を防ぎ、2階に行くたびに自然と自分のものを運んでもらえます。



お手伝いしたら、ママ喜んでくれるかな?



教えてくれたのは…



大和ハウス工業株式会社  
山形支店 佐藤 智寛 店長

「家事シェアは、家事を通して家族の会話が増えたり、子どもの自立心を育むきっかけになったりと、いいことがたくさん! 家事シェアの仕組みを暮らしに取り入れてみませんか。」

**家事シェアハウス見学会in山形 1月18日(土)・19日(日)開催!!**

お問合せ/TEL.0120-504-125 詳細は [家事シェアハウス 山形](#) 検索



→ Kaji Share House

# 「みんなで」が増えると、 「ありがとう」が増える。

家事を分担するのではなく、“家族ゴト”



と考えて みんなでシェアする。

そんな新しい 家族の暮らしを支え



るのがダイワハウスの「家事シェアハウス」。

たとえば、帰宅してリビングで  寛ぐまで

に身の回りのもの  を収納、手洗いと着替え

も済ませることが  できる家事シェア動線



など。家族に思いやりとゆとり

“家族ゴト”が増える家。

が生まれるアイデアが、ここには

ギュッと詰まっています。



Kaji Share House ←

「家事シェアハウス」全国一斉見学会 — 体験しよう！家族で家事をシェアする暮らし。—

2020年1月18日(土)・19日(日) | 10:00～17:00  
雨天開催

詳しくは、お電話にて問い合わせください。

 Daiwa House®

# 「今日の晩ご飯、なににしよう…」と解決できると話題のサービス \*ヨシケイのカットミールも体験してみた!!\*

ママ達が日々行っている家事の中で、ストレスを感じるものに献立を考えること、そしてご飯を作ることが上げられます。メニューを決めて、買い物して、調理する…これが毎日となると、意外と大変な作業なんです。  
そんな、ママ達の大変さをラクにできるサービスをママレポーターが体験してみました！



今日の晩、なににしよう、毎日献立考えるの大変(泣)

ママ友から、「ヨシケイのカットミールで、ご飯づくりがとっても楽になったよ」と聞き、スマホで検索し、サイトから問い合わせ。

後日、ヨシケイスタッフが玄関先にて説明に来てくれた!!

ヨシケイと始めるメリットは…

- 食材がカット済みのカットミール。30分で2品作れるプチママなど、好きなコースを選べる。
- 留守にいても、専用の鍵付きボックスがあるから、食材の受け渡しは安心ラクラク。
- カタログから選んで注文できるから、当日に「今日、何食べよう」のお悩みも解決!!
- 栄養士さん監修の献立なのも嬉しい!!

お試しメニューが届いた!!  
くべてみよう。今日のメニューは、

## タンドリー風チキンとサラダ

1 箱をオープン!!

鶏肉もかぼちゃもカットしてある〜  
包丁を使わなくていいなんて、嬉しい!!

3 かぼちゃを炒めて…

下味用漬けたれにつけておいた鶏肉を炒めて  
タンドリー風チキンは完成。

サラダもキャベツは千切りしてあるし、  
コーンを電子レンジで火を通して、  
カニカマを盛り付け上り。

野菜の皮など生ごみも少なく  
てすむし、調理するときの  
洗い物も減って、時短&エコ  
につながるし、とにかくラク!!

完成!

なるほど〜  
これなら納得、  
ます1選別、  
やってみよう!

20分で2品、  
できちゃった♪

体験してみて…

1週間ヨシケイのカットミールを試してみて、あらかじめ夕食のメニューが決まっていたし、子ども連れて買い物する回数もぐっと減って、イライラが減りました。カット済の野菜やお肉、お魚がセットになっているので、無駄がなくゴミもほとんど出ません。野菜がバランス良く入っているメニューなのも嬉しいですね。これからは続けていこうと思います。

ヨシケイスタッフより

ヨシケイでは、忙しいママやパパを“食”の面から応援しています。特に、カット済食材で時短できて、手作り感のあるカットミールは、包丁をほとんど使わないため、パパも作れると大好評をいただいています。今なら5日間2人分の食材が3,000円でお試いただけます。ぜひ下記QRコードからアクセスしてみてください。

## 忙しいママにピッタリ! ヨシケイで笑顔の食卓 今ならお得なお試しキャンペーン中!!

「時短」&「手作り感」を  
両立させた

カットミール  
**Cut Meal**

おひとり様  
1食あたり  
**300円**  
(税込)

ヨシケイ人気のNo.1

月～金曜日の5日間  
2人用 10食分を

プチママ  
おかず倶楽部

カットミール **3,000円**  
プチママ (税込)



カット済食材でラクラク! 約20分で2品完成

おかず2品を約30分で完成!  
大人のおかずから取り分け  
る離乳食レシボも公開中!!

※はじめてヨシケイを  
ご利用の方に特別価格  
でご利用いただけます。

webから  
かんたん  
申込み!





# あまのママの一日

テレビ局で報道記者として第一線で活躍。国際結婚してバリンガル子育てに頑張るママを紹介します。



横浜出身。発展途上の支援に関心があり、大学3年の時、フィリピンに1年間留学。報道記者を志し、2009年NHKに入局。山形放送局で5年間勤務。広島に転勤後、フィリピン人の夫と結婚。長男出産を経て2017年から再度山形放送局に勤務。東根市在住。

【本人】33歳 【夫】27歳 【長男】顕志くん 3歳

## 家族のコミュニケーションは多言語で



都乃さんは大学時代フィリピンに留学した際、「助けを必要としている人たちのことを伝えたい」との思いを強くし、報道記者としてNHKに入局しました。山形放送局に配属後、技能実習生として来日していたフィリピン人の夫と出会い、結婚。顕志くんは、夫の母国で出産し、産後は義両親や親族と大家族での子育てを経験しました。

現在は、夫の職場が近い東根市に住み、夫婦で支え合いながら仕事と子育てを両立する毎日です。

記者の仕事は、異国出張があったり、土日も出勤になったりなど、責任が重く時間も不規則。「息子にさみしい思いをさせていないか」と不安もありますが、「一緒に過ごせる時間はギュッと抱きしめて愛情を伝えています」と都乃さん。自身は幼少期アメリカで暮らしていたこともあり、「息子には、世界中の人とかかわってほしい」と、英語教育をする園に選べた。仕事のママと顕志くんの会話は英語のみ、パパとはフィリピンの公用語で会話しているそう。

## Time Schedule

起床、自分の時間	5:00	
朝食、弁当づくり	6:00	
息子を起こす、朝食と身支度	7:00	
車で家を出発	7:30	
息子を保育園へ	8:45	
仕事開始	9:00	
街頭でインタビュー取材	11:00	
会社で原稿作成、編集作業	14:00	
勤務終了 (保育園を延長して仕事をするため)	17:30	
保育園へお迎え	18:00	
帰宅。夕食準備、お風呂、洗濯	19:00	
夕食、家族の時間	20:00	
寝かしつけ、そのまま就寝	22:30	



出勤前に顕志くんを山形市の保育園まで送るが、朝の準備は大忙しです。



日によって、取材の場所も内容も様々。街に出て一般の人にインタビューすることも。



保育園は顕志くんとの関係が深いので、夕飯には料理も一緒に。



パパが強くキタに合わせて、家族でフィリピンの歌を歌う楽しい時間。

## ママの視点で伝えるニュースに注力



日々の仕事は、取材し映像を編集してニュース番組に解説として出演するなど、多岐にわたります。そんな中で、ママになったことで視野が広がり、仕事で関心を持つテーマにも変化がありました。取材で重い「医療的ケア児」の存在を知り、衝撃を受けた都乃さんへの現状を広く伝え、問題提起したいとの思いから、4月には山形県が全国版の番組として放送しました。

今後発信したいテーマは、教育の現状、障害のある子どもへの支援など、やはり子どもを持っているからこそのもので、「ニュースとして伝えることで、子育てしやすい社会、ママたちが生活しやすい社会を目指したい」という都乃さん。山形は自然が多く子育てしやすいと感じているそうで、家族で休日自然の中で過ごすのが嬉しい時間です。自分自身も子育てに悩みながらも、前向きに仕事との両立に向かっています。

## ママ技

### 野菜たっぷり! フィリピン家庭料理「Pinakbet」(ピナックベット)

野菜を切って調味料と炒めるだけの簡単レシピ。日本人の口にも合う優しい味わいで、ごはんがすすみます。

- <材料> 4人分
- ・鶏もも肉 200g
- ・豆苗 1/2〜3本
- ・オクラ 2本
- ・かぼちゃ 1/2コ
- ・玉ねぎ 1/2コ
- ・にんにく 1かけ
- ・サラダ油 適量
- ・ナンプラー・オスターソース 各大さじ1/2
- ・醤油、かぼちゃ、長ネギ、オクラは一口大にカットしておく。



- <作り方>
- ・フライパンにサラダ油をひき、みじん切りにしたにんにくとスライスした玉ねぎを炒める。
- ・にんにくの香りが立つきたら鶏肉を入れ、色が変わるまで炒める。
- ・かぼちゃは皮をむき、火が通りやすいように薄めに切る。かぼちゃをフライパンに入れ、ナンプラー・オスターソースを加え、かぼちゃが柔らかくなるまで煮立てます。
- ・なす、オクラを加え、オスターソースを全体にかけ、野菜に火が通るまで炒める。
- ・炒め終わりは火を止めます。適度に食感を残すのがポイントです。調味料の量は好みで調整してください。

## 【後記】

ハードな記者の仕事をしながら、子どもにもしっかり向き合っている姿が印象的でした。ママ記者での視点で伝えてくれるニュース、これからも楽しみにします。

NHK山形 夕方のニュース番組  
「やままる」  
月〜金曜 18:10〜



仙台

ハイハイ、歩き始めの子も!

# アンパンマン子どもミュージアム&モールの あかちゃんまんテラスで遊ぼう☆

子どもたちに大人気、アンパンマンの世界を楽しめる「仙台アンパンマン子どもミュージアム&モール」では、ハイハイや歩き始めの0歳から楽しめるエリア「あかちゃんまんテラス」が人気を集めています。

どんなエリアなのか、mamaid編集部が遊び方を体験してきましたよ〜。

ピタッ



## POINT 01

靴を脱いでのんびり 月齢に合わせたおもちゃの工夫

「あかちゃんまんテラス」は、ミュージアム2階にあります。ミュージアム内で唯一、靴を脱いで遊ぶのが特徴です。エリア内には、鏡に自分の姿を映してジムおさんになれるコーナーや、ハンドルをぐるぐる回してアンパンマンを見つかるおもちゃなど、年齢に合わせた遊具を設置。月齢の低い子が触れつつかんたんに楽しめるよう工夫されています。訪れた子どもたちは、気に入ったおもちゃで夢中になって遊んでいました。

あかちゃんまんテラスでは、小さいお子さんでも安心して遊べますよ。みんなが遊びに来てくれるのを待っています♡



スタッフ  
藤原 瑞穂さん

ピタッ  
ピタッ



## POINT 02

スタッフが安全を見守り

エリア内にはスタッフが常駐。子どもたちが安全に遊ぶように見守ったり、遊具の使い方方を説明したりして、ママと子どもたちをサポートします。

遊びに来ていた  
仙台市の足立さん親子



楽しかったね!

## POINT 03

日替わり工作や人形劇も

「あかちゃんまんテラス」では、工作体験もできます。アンパンマンや仲間たちの日替わりお面工作や、季節限定の特別工作と内容は時期によって変わるので、行ってみてのお楽しみですね。また、人形劇の上演も、集まった子どもたちは、歌に合わせて手拍子をしなが集中してお話を楽しんでいました。

テクテク

Check Point!  
ミュージアム内では、  
アンパンマンや仲間たちと  
出会うことも!



## ママの感想

双子たちがちょうどアンパンマンに興味を持ち始めたので、年齢にあった安心して遊べる場所があるのは嬉しいですね。上に5歳のお姉ちゃんがいるので、家族で来たら、お姉ちゃんはパパと別のエリアでのびのび遊び、双子と私はあかちゃんまんテラスでのんびりできるなと思いました。

## 仙台アンパンマン子ども ミュージアム&モール

入館料 1歳以上 1,600円(税別)

## 読者PRESENT

ミュージアムの招待券を  
10名様に、詳細はP41へ。



ミュージアムでまってるよ。



©やなせ・F・T・N

年末年始の営業日

2019年:12月31日まで / 2020年:1月2日より通常営業



アンパンマンとげんき100ばい  
ニューイヤーズスペシャルステージ

1月2日(水)〜1月3日(木)

アニメ「それいけ!アンパンマン」の  
アンパンマンの声でおなじみ、  
女優の戸田恵子さんが特別ゲストで登場!!  
場所:2階 やなせかた劇場

## 仙台アンパンマン子どもミュージアム&モール

〒983-0817 仙台市宮城野区小田原山本1101-14 TEL 022-298-8855

詳しくはHPをチェック! 仙台 アンパンマン 検索 www.sendai-anpanman.jp



# 親子連れ de ランチ

東河江 Cococococafe

ココココカフェ

## お腹も心も満たすならココ！親子でのんびりと過ごせるカフェ

「ココ」で描かれた大きな指のマークが目印の「Cococococafe(ココココカフェ)」障害者を持った方の就労継続支援も行うカフェです。明るい店内には、大小のテーブル、小上がりスペースがあり、お一人様からファミリーまで思い通りにつらくすることができます。3種類のメインから選べる選替わりワンプレートランチには、自家農園で作った旬の野菜をたっぷり使用。他にも、甘酒入りのチキンカレー、ハンバーグプレートなど、しっかりとお腹を満たすメニューが揃います。スイーツや日替わりのお惣菜も発売中！おみやげにもおススメです。

TODAY'S LUNCH MENU  
選替わりランチ  
サラダ、小鉢、  
日替わりスープ付き  
(950円)



お肉を中心としたメイン料理、パスタ、季節の野菜カレーから選べるワンプレートランチには、色とりどりのサラダ、小鉢が並び、更に特製スープもついてボリューム満点。コーヒーは無料ですが、何れでもおかわりすることができます。

▶明るい店内には、天井まで届く本棚、Wi-Fi、電源も完備。小上がりスペースも広々しているので、親子でゆっくりと過ごすことができます。



## キッズプレート(600円)

子どもたちに大人気のメニューが大集合。野菜もしっかり摂れるから、ママも安心です。優しい味の日替わりスープで心も体もほっこり。



## Cococococafe(ココココカフェ)

【住】東河江大字東河江塩水4-1 ☎0237-84-6221 【営】10:00~18:00  
ランチ 11:00~15:00(L.O.14:30)、カブ15:00~18:00(L.O.17:30)【休業日】日曜



米沢 レストラン ZAO

レストラン ゼアウ

## 和洋中30種類を堪能！お値打ちのホテルバイキング

米沢市のホテルモントビュール米沢では、8月にレストランがリニューアルし、和洋中のバラエティ豊かな料理30種類のランチバイキングが人気を集めています。中でも、こだわりの豊富なメニューはチェックしたいところ。米沢レストランは、ゆでたの麺に五目餡、麻婆豆腐などお好みの具材をのせ、自分でスープをかけていただきます。ちぢれ麺とスープが絡んで、おかわりしたくなる美味しさ。90分食べ放題なので、ゆっくりたっぷり楽しんでも。



TODAY'S LUNCH MENU  
ランチバイキング  
大人(中学生以上)1,500円、  
小学生1,050円、  
4歳以下750円、  
3歳以下無料

油淋鶏にローストビーフ、天ぷらに刺身も並びます。どれも美味しく、目移りしてしまいそう。1月の毎週土曜、日曜には通常料金にプラス900円でゆで麺が食べ放題になる「蟹フェア」を開催！見逃しません。



◀広々とした店内はベビーカーでの利用も歓迎。子連れにはソファ席が人気で、予約がおすすめです。

## チョコレートファウンテン

バイキングはデザートメニューも充実。チョコレートマッシュフロロやドライフルーツにかかると食べるチョコレートファウンテンは、子どもが喜ぶこと間違いなし！



## レストラン ZAO

【住】米沢市門東町3-3-1 ホテルモントビュール米沢4F ☎0238-22-6655 【営】11:30~14:30(L.O.14:00)【休業日】月曜



Present 贈り物 キッズプレート10名様

Present 贈り物 ランチバイキングお食事券5名様

# YO-BAKA 写真館☆

たくさんのカワイイ写真を編集室に送ってね～! 皆さんの投稿待ってます。



東根市

咲恵(さき)ちゃん 5歳、咲優(さゆ)ちゃん 3歳  
咲穂(さほ)ちゃん 0歳

天童運動公園で写真を撮って5年目、今年は今よりも人増えました!



山形市

梅斗(うめ)ちゃん 4歳

2回目の予防接種、泣いても一瞬でケロリ☆ 頑張りました!



河北町

結椰(ゆい)ちゃん 1歳3ヵ月

初めてのTDL、ミッキーのショーを見て大興奮!



東根市

真士(まこと)くん 2歳、侑士(ゆい)くん 7ヵ月

お兄ちゃんのお七五三、僕もいつかお兄ちゃんみたかったよ、よくならないな☆



天童市

成輝(なり)くん 6歳10ヵ月

初めての銀杏並木、とってもきれいだったね。



酒田市

柚寿(ゆず)ちゃん 3歳

七五三☆ 着物でっっこり♪



河北町

玲遠(れい)ちゃん 1歳、秋遠(あき)くん 1歳

はじめてのディズニーランド☆ 101匹わんちゃんに大変身! 一卵性の男子です。



鶴岡市

寛人(かん)くん 6歳、知寛(ち)くん 3歳

げんキッズを思う存分楽しんで、2人仲良くポーズまた来ようね。



河北町

滯(ひ)ちゃん 9歳、新(あらた)くん 0歳

弟が生まれた! かわいさ無限大♡



新庄市

結人(ゆい)くん 1歳

お名前呼ばれては「い☆」



山形市

花純(はな)ちゃん 1歳

お祭りやる気満々! え、お神輿は小学生からなんですか…



山形市

壮亮(たけ)くん 1歳

「ねえママ聞いて聞いて、ママの足の間がほくのお気に入りの場所!」



山形市

雪乃(ゆき)ちゃん 4歳

ボルダリング練習してます～!

## 応募方法

メールで⇒ [info@mamaid.net](mailto:info@mamaid.net) {タイトルにYOYA-BAKA写真館☆に投稿します!と入れてください。}

### 投稿に必要な事項

投稿画像を添付の上、コメント(50文字程度)、お父さんのお名前(読み仮名)またはニックネーム、年齢、性別、保護者のお名前、住所、電話番号をお送りください。

- 撮影は保護者、もしくは保護者より了解を得た上で撮影されたものと判断いたします。●記入(入力)力のある場合は、興味となる場合があります。●携帯で撮影した画像サイズには制限があります(左をペレしてないものと判断します)。●写真には掲載できないものもありますのでご了承ください。●お父さんの年齢は、応募時(撮影時)の年齢でご記載ください。●スベスベの部分上、ご応募いただいた写真が全て掲載できない場合があります。
- 原則として次年度の掲載順位はしません。●多い数のお子さんを紹介させて頂くこと、お月曜日のご応募は出来ない場合があります。あらかじめご了承ください。

またはコチラの投稿フォームから



MVPに輝いた方には、クオカードを贈呈します。



アドバイス  
いただいたのは...

医療法人友好会  
ふじもり形成外科  
クリニック  
藤盛成裕院長



■山形市松波2丁目2-6  
TEL: 023-625-5880 (休診日: 木・日・祝日)  
http://www.fuji-prj.com/

Family Health

# けんこうnavi

どんなに忙しくても自分のカラダについて、そして家族の健康に関心を持っておくのは大切です。このページは医療や健康に関することをその道の専門家にわかりやすく教えてもらうコーナー。女性として、母として知っておきたい基礎知識をおさえておきましょう。

子どものあざ、  
どこまで気にする??

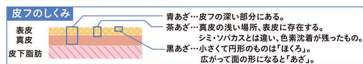


TOPIC

## 1 子どものあざ、 どこまで気にする?

一般的に、あざは「青あざ」「茶あざ」「黒あざ」「赤あざ」と色によって分けて呼ばれます。「赤あざ」は皮膚の血管の色ですが、その他は、原因となる色素の細胞が皮膚のどの深さにあるかで色が決まります。大体のものは、生後すぐから体のどこかにあり、まれに思春期頃に発生する場合もあります。ほとんどが偶発的に発生し、明確な原因はありません。

しかし、中には、大きな病気の1つの症状として現れるものもあるため、場所、色合い、大きさによって、早期から治療が必要な場合があります。ただし、正しく治療を行えば治るもので、小児科医や皮膚科医、形成外科医とよく相談し、成長と共に経過を観察していきましょう。



TOPIC

## 3 小さいからこそ レーザー治療が効果的です

あざの治療には、経過観察、薬による治療、手術、レーザー治療などの選択肢があります。中でも副作用の少ないレーザー治療は、小さいものであれば麻酔を使わずに治療ができるので、早期からの治療が可能です。

例えば真所性蒙古斑の場合、あざの大きさ、色の濃さによって治療時期が異なりますが、通常2~3か月おきに5~10回程度行えば、目立たなくなります。治療後は、処方された塗り薬を1週間使用し、直射日光に当たらないように気をづけながら普段通りの生活を送ることができます。子どもの場合、あざの範囲も狭いため、レーザー治療の効果がより高くなります。治療による痛みは伴いますが、部位に応じて痛みを和らげるテープタイプの麻酔や、局所麻酔を行う場合があります。赤ちゃんの頃に治療をスタートすれば、記憶に残らないうちに治療を終えてあげることもできますので、気になる場合は早めの治療をお勧めします。

TOPIC

## 2 自然に消えるあざ、 消えないあざ

蒙古斑に代表される青あざは、色素の細胞が深いところに集まってできています。ほとんどの人のお尻や背中にあり、学童期頃に自然と消失します。ただし、通常はあまりできないことのない場所などにできる異所性蒙古斑は、消えにくい性質を持っています。他にも、思春期以降の女性に多い太田母斑は、目の周りと頬を中心とした顔の片方にできる青あざです。まれに乳幼児期から濃くなってくるものや、顔の両方にできるものもあります。

また、未熟な毛細血管が増殖して現れる良性的腫瘍がいちご状血管腫です。生後すぐ、あるいは生後数週間以内に発症し、表面がいちご状に赤く盛り上がった後に、数年かけて徐々に赤みが抜け、消失します。顔や目の周り、頭皮など将来の跡が残る問題となる場合、急速に大きくなる場合などには、早めに治療を開始する必要があります。



生後すぐに発症した異所性蒙古斑や、いちご状血管腫は、色が赤く、経過が急いのが特徴。

TOPIC

## 4 意外と知らないやけどのケア

他にも、やけどが原因であざが残ることもあります。やけどは熱傷ですので、この場合のあざは傷跡として治療を進めます。ただ、やけどは、初期治療を正しく行えば、傷跡が残りにくいもの。みなさんはやけどをした場合、すぐに冷やしていると思いますが、保冷剤や水で患部を直接冷やしていませんか? 実は、冷やし過ぎは「凍傷」になってしまい、やけどの傷を深くしてしまうので逆効果と言えます。特に、皮膚が薄いお子さんの場合は注意が必要です。

やけどは、5分ほど流水で冷やし、しっとり絞ったタオルで患部をそっと抑えて空気に触れないようにしてあげましょう。皮膚に赤みがあがる状態であれば特に治療の必要はありませんが、炎症を抑える作用の軟膏を塗るとより傷跡が残りにくくなるものです。ただし、水ぶくれができただけの場合には、細菌感染を防ぐためにも早めに医療機関を受診することをお勧めします。

## Work 麺家から

## おいしいラーメンと笑顔!一緒に楽しく働く仲間、募集中!

## 人気のラーメン店で働いてみませんか?

根強い人気を誇るラーメン店の「麺家から」グループでは、ラーメン提供等のホール全店業務を担っていただくスタッフを募集中!店主自慢のラーメンでお店に来てくれた方が笑顔で帰ってくれる、そんな期間の達成感が魅力です。勤務先は、市内にある3店舗で、お給料は時給850円(研修期間中、高校生を除く一般の方)からスタート。幅広い年齢のスタッフが活躍中の職場です。制服を着て、お客様の「おいしい」の笑顔に接することができる、働く時間帯によっては人気ラーメン店のまかないもいただけるかも、そんなやりがいを感じる仕事にチャレンジしてみたい方、お待ちしています!



- 募集職種 / パート、アルバイト・正社員
- 業務内容 / ホール業務全般
- 勤務地 / ①麺家から本店(山形市大字妙見108-5)  
②麺家から西バイス店(山形市清住町2-4-1)  
③ラーメン次元(山形市元町2-8-13)
- 就業 / シフト制(営業時間 9:30~22:00)
- 給料 時 / ¥850円(高校生は770円)日給は100円アップ※研修期間(1008時間)は-100円
- 休日 / 日/定休日水曜日、他はシフトによる
- 待遇 / 制服貸与、マイカー通勤可、食費付

麺家から TEL:023-642-3521 (担当:星)、西バイス店:023-646-7387 (担当:杉浦)、次元:023-631-6575 (担当:渡辺)★勤務希望の店舗に「mamaid」を見たとお問い合わせください

## Shop 山形銘(ヤマガタオキナ)

## 年末年始特別限定メニュー-&amp;クリスマス限定メニュー登場

## この冬は2つのHappyメニュー、年越し天ざる&amp;ホワイトナポリタンランチ!!

そばの殻むきから粉にするまで、完全自家製粉しているこだわりの蕎麦店「山形銘」オリジナルメニューのスープで食べるナポリタン人気で、季節ごとの限定メニューなどお客様に好評。この冬は2つの特別限定メニューが登場。その1つは揚げたての天ぷらが付く「蕎麦の年越し天ざる」特別価格で1,200円。もう1つはクリスマス限定メニューのホワイトソースと半熟卵付いただ「ホワイトナポリタンランチ」サラダデザートがセットで950円。どちらも年末・年始を飾るのにふさわしい豪華ランチメニューです。ぜひ山形銘の美味しいクリスマス、&新年を迎えてみては…。



- ★年末年始特別限定メニュー(12/10~1/10)★
- 年越し天ざる……通常1,450円一特別価格1,200円(税込)  
・ざるそば・天ぷら5種(えび天履/きつてもい/春菊天/そばがき天/キノコ天)
- 年越しそば(お持ち帰り用)早期ご予約から12/29まで
- ★クリスマス限定メニュー(12/10~12/25)★
- ホワイトナポリタンランチ……950円(税込)  
・ホワイトソースと半熟卵付き  
・そば豆腐/そばがき揚げ出し/サラダ  
・デザート2品

※尚、令和2年1月1日と2日の営業はお休みとなります。

山形銘 住山形市浜崎81 TEL:023-633-2138 営業:11:00~16:00  
休:月曜(祝日は営業) 駐車場有

## New Shop はるカフェ

## 和スイーツを楽しむゆったり空間

## ハンモックチェアに揺られ 自慢のコーヒーをどうぞ

薪ストーブの暖かさと柔らかな炎に癒される店内には、ハンモックチェアやソファが並びます。米沢市に10月OPENした「はるカフェ」は、訪れた人がゆったりつろむ店づくりを徹底。自慢のフレンチプレスコーヒーはカップ2杯分あり、ドライフルーツなど3品がセットになっています。ランチをして、スイーツを食べると、思い思いの過ごし方ができそう。ランチは野菜たっぷりの日替わりスープ、スイーツはオーナードリドリをこ使った甘味が描かれています。す連れには靴を脱いで利用するソファ席がおすすめ。薪ストーブがあるので、す連れの場合は火をつけてね。



## おすすめメニュー

- 日替わり具だくさん  
スープランチ 800円
- フレンチプレスコーヒー  
(小皿付き) 500円
- おしこ(お茶付き) 600円



※忘新年会、女子会、ママ会など予算に応じて対応します。夜の利用は予約が可能です。

はるカフェ 住米沢市直江町3-12 TEL:0238-27-9268 営:9:30~18:00(L.O.17:15)  
夜は予約で営業 休:火曜、第2日曜、不定休あり 駐:有  
インスタグラム @chiharuwabi チェック!

## School ジェイムズ英会話

## 2020年生向け無料体験レッスン会スタート!

## 信頼と実績のあるジェイムズ英会話と一緒に始めませんか?

2020年春、小学校の英語教育が盛り上がり!皆さん準備はできていますか?ジェイムズ英会話では年齢に合わせた先取り学習、検定対策4技能がしっかり身につきます。小学生で英検に合格するお子さんも出ています!新年度には英語を母国語のように学習し、小学卒業までに「一生もの」英会話力身に身につける特別プログラム「グループアット」が新規受講します!開講に先駆けて1月から説明会を開始します。無料体験レッスン会、説明会ご参加ご希望の方は、HPまたはLINEからお気軽にご連絡ください!



## ★無料体験レッスン会受付中(要予約)★

- 山形校 ◎米沢校
- 2歳~年少(水)16:30~17:10 2歳~年少(土)10:20~11:00
- 年中~年長(水)16:20~17:00 年中~年長(土)11:10~11:50
- 小学生 (土)13:00~13:50 小学生 (木)16:30~17:20
- 天童校
- 2歳~年少(土)10:00~10:40 ※上記日曜以外にもたくさんクラスの
- 年中~年長(水)16:10~16:50 スを ご用意しています。詳しくは
- 小学生 (金)17:00~17:50 各校へお問い合わせください。



全道外国語教育推進協議会「ジェイムズ英会話」山形市山形市E071-3-42 2階、天童校:天童市東町1-15-21 1階、米沢校:米沢市南町3-413 1階 TEL:0120-30-4911 営業:10:30~18:30、火~金:10:30~21:00 休:日・月  
www.james.co.jp/jkwor/ 「ジェイムズ キッズ」検索



ニューショップ、新商品キャンペーン、募集告知など、  
新鮮で多彩な情報を紹介するよー

Shop | 人形の紫崎

1月2日から初売り! 雛人形の購入は「人形の紫崎」で

お子様への「愛情のカチ」をお届けします

雛人形は生まれてきたお子様に対する「愛情のカチ」です。天童市にある「人形の紫崎」は、独自に監修したオリジナル雛人形が生じ、拘りの逸品から求めやすい雛人形セットまで幅広く品揃えしています。京都の職人が製作した、紅白衣装の雛人形が今年の目玉。ラブリィW杯が行われ、東京五輪の開催を控える今日らしい、日本の国旗をイメージさせるような華やかな紅白のデザインとなった紫崎自慢の商品です。新年は1月2日から初売り。購入特典やプレゼントなどもたくさんあるので、ぜひご家族で素敵な雛人形を見にいってみてね。



初売り 令和2年1月2日 9:00~

初売り特典

ひな人形セット(6万円以上)購入の方へ  
「名前入りポエム」フォトスタジオ撮影券をプレゼント

雛人形セットご購入の方へ随時プレゼント

- ①被布(本製スタンド付き) ②オルゴール付写真立て
- ③人形お手入れセット(毛ばたき・手袋・布)

※全国送料は当店負担。天童および近郊の方への、自便お届け・飾り付けサービス



詳しくはWebをご覧ください。

人形の紫崎 住 天童市北久野本3-1-23 営 9:00~18:30 TEL.023-653-4246  
休 1月2日から5月5日まで無休 <https://shibasaki-dolls.jp>

Life | 家事おつた! ハートフルべあ

家事やお掃除のお手伝いスタッフ募集! お好きな時に働けます

日常の家事全般(掃除、洗濯、買い物、病院のお付き添い、送り迎えなど)、「ハートフルべあ」のスタッフがお客様に代わって、真さを込めて、お手伝いをさせていただきます。お掃除、家事なら何でもお任せ下さい。



ハートフルべあ 検索

●まずは、お得なお試しプラン

- 4,000円(税別)でご利用ください。
- ※スタッフ2名2時間のサービス料金です。
- ◎明るく元氣なスタッフ募集中です。
- 気軽にお問い合わせください。

家事おつた! ハートフルべあ 住 寒河江市大字日和田601 TEL.0237-84-0267  
お問合せ時間 8:30~17:20

Life | 山形大学本島研究室

赤ちゃん研究員の募集(第一子限定)

山形大学本島研究室では赤ちゃんの心の発達の研究にご協力いただける生後3月の赤ちゃんとお母さまを募集しています。

- テーマ 赤ちゃんの感情の発達
- 内容 実験や観察、アンケート
- 日程 生後3か月から約1年間にわたって複数回
- 場所 山形大学小白川キャンパス 赤ちゃん研究室
- 参加費 無料
- 申込 調査カード

※詳しくはWebサイトをご覧ください。



山形大学地域教育文化学部 本島優子研究室 〒990-8560山形市小白川町1丁目4-12  
メールアドレス: akachan@baby.apples.jp webサイト: <http://baby.apples.jp/>

School | マイ英語スクール

小学生クラス説明会&体験レッスン 受付開始!

自信を引き出し、自主性を育てる英語教室

県内に8校展開し、生徒数1,000人を超えるマイ英語スクール。人気の理由はレッスンの質の高さ。英語の教授法について深い知識をもった外国人講師が、子どもの的め的好奇心をくすぐる楽しいアクティビティを用いてレッスンを進めます。そして、生徒の上達を最優先に考えたカリキュラムによって、一人一人が無理なく、効果的に学習を「英語が好き!英語に行きたい!」生徒の自信を引き出し、自主性を育てる。そんなレッスンを一度体験してください。スクールのこゝろや英語学習について分からないことは、日本人アドバイザーがサポートします。お気軽にお問い合わせください。



マイ英語スクール  
TEL.0120-43-6944  
info@myeigo.com

説明会&体験レッスン日時(電話、メール、こちらのQRコードからお申込みください)

●南山形校 1月19日(日) 10:30~	2月16日(日) 15:00~	3月29日(日) 10:30~
●北前校 1月26日(日) 15:00~	2月9日(日) 15:00~	3月22日(日) 10:30~
●西形校 1月26日(日) 10:30~	2月9日(日) 10:30~	3月22日(日) 15:00~
●天童校 1月26日(日) 15:00~	2月9日(日) 10:30~	3月22日(日) 10:30~
●東葉木校 1月19日(日) 15:00~	2月9日(日) 10:30~	3月22日(日) 15:00~
●新庄校 1月19日(日) 10:30~	2月9日(日) 10:30~	3月22日(日) 10:30~
●藤田校 1月19日(日) 15:00~	2月9日(日) 15:00~	3月22日(日) 15:00~
●鶴岡校 1月19日(日) 15:00~	2月9日(日) 15:00~	3月22日(日) 15:00~



マイ英語 検索

マイ英語スクール有限公司 MY English School Mail info@myeigo.com  
TEL.0120-43-6944 受付時間 火~金 13:00~21:00、土 10:00~17:00  
休 日、祝日 ※年末年始休業 12/29-1/6迄

Life | ソラ・シノメ

お子さんとお母さんの様々な悩みを解決します!

習い事や塾に行く前に集中力をアップ!!

お子さんの悩みは尽きないもの。他の子より遅れている・集中力が無い・じっと座っていられない等の理解力が乏しい・勉強についでいけないなど悩みは沢山あります。いろんな悩みは、どこのお子さんでもある事です。一人でも悩まれます。ぜひ一度ご相談してください。個人個人に合わせたセッション(音を聞くだけ)を行っています。出現教育や習い事に行前にとり効果を高めます。幼児から学生、妊娠中のママが対象の胎教セッションもあります。



セッションお試しキャンペーン実施中

お客様の脳の活動状態(脳波測定)から、コンピュータリズムにより導かれた、あなたの独自の癒しの音を30分体験できます。(3,000円 税込)

詳しくはHPをご覧ください。  
(ソラ・シノメで検索)



ソラ・シノメ 東根市大字若木9723-23(自衛隊正門より南に車で分)  
TEL.0237-47-4501 Mail.sora1@shinonome.jp

ソラ・シノメ 検索

# 年末年始に欲しいもの5

寒い季節にそなえて欲しいもの。がんばった自分へのごほうび。お世話になった方へのごあいさつに。

## 1

今欲しいかわいもの

👑 手づくりハンドメイド ゆきだるま 1,000円(税別)

冬を感じてほっこり。

気分をふっと上げるもの一つ探してみる。



上 山の住宅街にある、隠れ家的雑貨店。店内はオーナーの深雪さんが独りだんら室内外の作業さんの作品を中心に、布小物や革製品、かなどがセレクトされ並びます。この時期は季節を感じるほっこりなハンドメイド作品がたかさん。特に「ゆきだるま」はこちでしか購入できない人気商品です。年末年始も30日以外通常営業。4日(土)には初売が実施されます。お財布をゆるめて気になる雑貨を探しに出かけてみては。

➔ 昨年100人以上の方の元にお届けしたゆきだるま。今年は?



手づくり雑貨 atelier nature

「アトリエチヤーム」

●080-9673291 ●山形市番町7-4-3

●土曜・日曜・月曜10:00~16:00

●火曜~金曜 9:30~12:30休業

Instagram: atelier.nature.2015 (注) 休業



ごほうびデザート

👑 金箔プリンソフト 980円(税別)

祝・25周年企画!

金色に映える限定メニュー!

## 2



今 今年25周年アニバーサリーを迎えているグランロックでは、さまざまな企画を行っています。第5弾は、限定メニュー「金箔プリンソフト」!! グランロックで、根強い人気を集めていたプリンソフトの上に、金箔から覆った金箔1枚を思いっきり大皿に、そして賢治にのせさせていただきました。インパクトのある見た目にはInstagram、グラマンなどのSNSで映えるところまでが、また金箔には、美容効果もあるのに、女性に特におすすめ!

➔ 25周年アニバーサリー企画! 豪華プレゼントが当たる! 早くはお店でチェック!



cafe Restaurants GRAN ROCK

「カフェレストラン グランロック」

●023-631-4169 ●山形市界町27

●11:00~22:00(ランチ11:00~14:30)

●休業 休 http://granrock.com



※写真はイメージです。実際の店舗とは異なる場合がございます。

がんばる足にごほうび

👑 WOLKY Murray オランダ製 43,000円(税別)

あなたのフース(足)に合ったあなたのための靴選び。



今 年も1年がんばったあなたの足。体を支える足の骨がもっと元気に、気持ちよく働けるための靴を提案するお店がこちら。シューマスターが足のサイズだけではないあなたの足のリアルを教えてください。快適でびったり、かたトレンドのものから長く使えるものも様々なデザインから選ぶあなたのための靴。そんな靴を選んで、きっと外に出てたくさん歩きたくなるはず。

足の健康を守る靴店 ヴォールズワン

●023-635-2289 ●山形市旗本町1-2-25

●10:00~19:00 ●火曜 http://www.woolswan.com/



大切な人へ...

## 4

👑 オーダースーツ 1着33,000円(税別)~ ※クリスマスフェア価格

大切な人と選びたい。世界に一つの贈り物。



あ の人が毎日着ているスーツ。顔を上を向く。姿勢がしゃんとする。男性は好みに合わせて合ったスーツを着るだけでそんな気分になるという。オーダースーツは大切な人にそんなエールを送る。特別なギフトです。また、一緒にオリジナルの贈り物を作っていく時間も楽しく、この1年を飾る思い出になるはず。このオーダーシャツ1枚7,000円(税別)〜。



HANABISHI 山形店 | ハナビシ | ●023-632-5525

●山形市本町1-7-31(八文字基本本店向かい) ●11:00~19:30 ●本郷

●復興駐車場 (周辺49分) https://www.hanabishi-house.com.jp/

※車庫の方。送料は別途お問い合わせください(送料別)三ツ井/10分、アズモ/7分、N-GATE)

## 5

いくらでも食べたい!

👑 いくらワイン醤油漬 110g×2瓶5,400円(税込)

醤油屋さんの新挑戦! ワインに合う新テイスト



し 「くらワイン醤油漬」は、北海道知床産白魚いからを使用し、山形のアイスクリーム、大名醤油を絶妙なバランスで組み合わせで作った人気商品です。化学調味料不使用で素材の旨味が引き立つこの商品は、爽やかな味わいなので洋風メニューやワインによく合います。もちろん、定番のいくら丼など和風メニューにもどうぞ!



味の大名マルセン醤油

●023-631-5070 ●天童市旗本町2丁目5-1

※詳しくは「マルセン醤油」をご覧ください





mamaid

# 子育てママの家づくりガイド

そろそろマイホームを…と考えているママやパパ、寒くなってもりがちになる今こそ  
“家づくり”について、じっくり検討するのにいい時期なんです。

今回は、マーメイドおすすめの子育て家庭に優しい住宅メーカーをご紹介します。

また、気になった住宅メーカーのイベント情報を、『日刊ヤマガタウェイ』特設サイトに掲載しちゃいます!! スマホでチェックできて、家づくりに大切な情報収集もラクラク。ぜひ活用してみてくださいね。

ママがたのやを3秒でたのしく!

## 日刊ヤマガタウェイ 「お家ガイドHOUSING♡」

完成内覧会、構造見学会、体験会など  
家づくりに必要な「旬のイベント情報」を  
スマホでチェック!!



やまくん

「日刊ヤマガタウェイ」は、マーメイドの子連れ de ランチやあるママの一日、ZERO★23 やヨミウリウェイのグルメや気になるお店の情報も見られるサイトです。

日刊ヤマガタウェイ「お家ガイドHOUSING♡」

★スマホ・PCからアクセス!  
MAG.YWAY.JP

日刊ヤマガタウェイ GO!



## mamaidのお役立ちコラム

～理想の住まい実現のために～

### 大切にしたい、家づくりのパートナー選び

家を作ることは、毎日家族が暮らしていく場所を形作っていくことにつながります。そんな家づくりには、「誰と組むか」も重要です。家づくりのパートナー、依頼先として上げられるのは、大きく分けてハウスメーカー、工務店、建築家の3種類。ここでは、それぞれの特長を紹介していきますので、あなたの家づくり合ったパートナー選びの参考にしてくださいね。

#### ハウスメーカー

**全**国に展開していて、大手から中小まで様々な規模のメーカーがあります。住宅建設に使用する部材や外観デザイン等ある程度規格化して、低コストと工期の短縮を図っています。その一方で、自由度は制限され、規格以外のことを頼むと割高になるときも。カタログやモデルハウスなどで、既製のプランが確認できるし、様々な実例を持っているメーカーが多いのも特長です。

#### 工務店

**地**域に密着した家づくりをしているのが工務店。小回りの良さとか細かい対応で、施主の要望に応じた自由設計が得意です。また、その土地の気候風土や文化、地域性を知尽くした家づくりができるのは地元工務店ならではの。  
最近、自然素材の家、伝統的な木造建築、シンプルデザインの家など、個性豊かなコンセプトを打ち出す工務店も増えています。

#### 建築家

**他**にはないオリジナルの家をという方には、建築家がおススメ。建築家は設計部門と工事監理を行い、施工は工務店が行うことが多いので、中立的な立場で施主にメリットのある家づくりをしてくれます。施主と建築家が一から造り上げていくので、打合せが長期にわたることもあり、本当に納得のいくごどわりの住まいを仕上げるには余裕を持った建築期間を確保する必要があります。建築費の他に、設計料・監理料などが別途必要になります。

#### 最後に

家建ててゴールではなく、長らく生活の場となる我が家。デザインや価格といったところだけではなく、建てた家でどんな暮らしをしたいかまで考えて、自分達に合ったパートナーを見つけましょう。



なるほど!

令和2年、新年明けましておめでとうございます。

12月・1月

本年も『おいしいゴハンが食べられるいえ』  
を皆様にご提案して参ります。

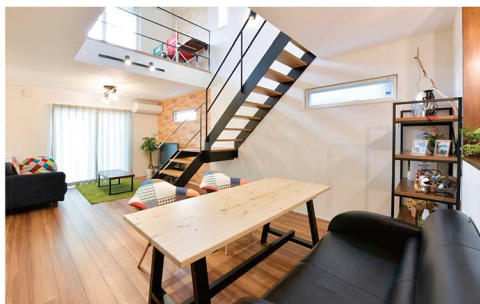
年末年始休まず営業中!

■『おいしいゴハンが食べられるいえ』  
在来APS工法、無垢柱、直下率70%基準、自由  
設計、第三者機関品質検査、標準設定設備機器  
10年保障、基礎断熱、BELS☆☆☆☆☆。

- 『FOREST-G』坪単価住宅
- 『FOREST-S』本体価格1000万円(30坪)
- 『スタイ#1000』1000万円(24坪)コミコミ住宅
- 『Hiraya+』平屋+提案住宅

各コンセプト住宅をお金を  
掛けすぎない家づくりを  
ご提案しています。

無料相談承ります。



## 住まいのお誕生会

2月

【日時】2020年2月1日(土)・2日(日)

10:00～16:00

【場所】山形市ガーデンタウン七浦地内  
O様邸「明るい光が照らすいえ」

完成した建物の冬期シーズンを体感  
いただけます。

- 吹き抜けリビング
- エコワンハイブリッド給湯器+温水  
ヒーター+ヒートポンプエアコン
- 事前にご来場ご希望日時をお知らせ  
下さい。(駐車場に限りがあり調整させていただ  
く場合があります)



## キャンドルナイト2020 —第9回—

3月

【日時】2020年3月7日(土)

10:00～会場設営/非常食試食/  
キャンドルカップメッセージ記入  
18:30～キャンドル点灯

【場所】馬見ヶ崎ショッピング屋外スペース

間もなく東日本大震災から9年。  
「家族で考える防災対策」  
3/11を迎える直前の7日(土)  
に防災対策を確認して頂く機会  
に。次の災害が発生したとき、家  
族を多くの不安から守るために。



## 株式会社 ハート・コーポレーション

お問い合わせ

☎ 023-682-8123

営業時間 10:00～18:00 不定休  
〒990-0810 山形市馬見ヶ崎 3-22-1

ホームページはこちらで検索  
もしくはQRコードで

ハートコーポレーション 検索  
<https://www.heart-co.com>



ご来店プレゼント  
お無くなり次第終了



人気の料理レシピ  
本(先着20組さま)  
を差し上げます。

HAPPY  
NEW YEAR!  
2020  
WELCOME!





2020年 2月末までの限定公開!

# MODEL HOUSE OPEN

1/11(土) 12/13(祝)

オープン

(1/14以降2月末まで予約制で見学可)

午前10時～午後5時

@東根市中央東一丁目



パントリー付きの  
Cafe風キッチン♪



子育てしやすい  
つながる和室と  
広いリビング♪



ご家族皆さまで  
お気軽に  
ご見学ください

癒しのダイニングと  
対面キッチン! ♪



マグネットの  
くっ付き壁が便利!



ファミリーロックと  
隣接した洗面脱衣室

家族の数だけ、楽しみ方、広がる。

土地は? お金は? どうしたいの?

## 「家づくりなんでも相談会」

土地はどのように探すの?

希望の間取りだとローンはいくらくらい?

後悔しない家づくりのコツは? など

家づくりの疑問をお気軽にご相談ください。



お年玉プレゼント企画

10万円分  
オプション工事  
プレゼント!

上記3日間に事前ご来店いただき、  
一定期間内にご成約の方へ  
プレゼントいたします。  
※詳細は、お問い合わせください。

Panasonic Builders Group | パナソニックビルテスグループ



あんしん耐震の家

ますかわホーム

升川建設 ハウス事業部

〒990-0810 山形県山形市馬見ヶ崎1丁目2-29

本社 〒999-3511 山形県河北町台地甲1083 TEL.0237-73-2233



お問い合わせ  
番号は

023-681-3238

E-mail:house@masukawa.co.jp

<http://masukawa.jp/> 詳しい情報は | ますかわホーム | 検索

私たちは、パナソニック創設住宅工法テクノストラクチャーとパナソニックの住まいづくりシステムを導入することで、お客様とともに二人三脚の住まいづくりを実現していき、全国ネットのハウスビルダーグループです。

感動ハウス新春企画

1月中ご成約の  
お客様対象

分譲住宅

総額

3,000万円分  
お年玉キャンペーン!!

100万円分の  
家具・家電  
プレゼント!

山形市東原町

販売区画数  
2区画

オール電化

LDK床暖房付

制震システム搭載

駐車2台可

4LDK



A 土地+建物販売価格 (税込) **3,480万円**

■土地面積/214.39㎡ (64.85坪)  
■建築確認番号/第R1ASC-00822号

住宅ローン 3,180万円の借入 | 頭金 300万円  
ボーナス 10万円/年2回

月々のお支払い **71,040円**

学区/五小・一中

建物面積/99.36㎡ (30.05坪)

※全棟共通



※外観パースは完成イメージです。

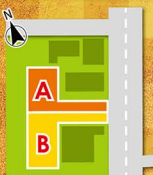
- 所在地/山形市東原町 ■交通/高高低山-大入口バス停 徒歩2分 ■地目/宅地 ■都市計画/市街化区域
- 用途地域/第二種中高層住居専用地域 ■建ぺい率/60% ■容積率/150%
- 備考/接道:東側約9m(共有道路持分有)、次世代住宅ローン対象 ■引渡日/要相談(令和2年4月完成予定) (売主)

B 土地+建物販売価格 (税込) **3,480万円**

■土地面積/248.13㎡ (75.05坪)  
■建築確認番号/第R1ASC-00823号

住宅ローン 3,180万円の借入 | 頭金 300万円  
ボーナス 10万円/年2回

月々のお支払い **71,040円**



●本組合は全宅環境検定、住宅銀行受取ローン、融資限度額、1ヶ月変動金利0.85%、ご融資期間、借入員数35年、※金利情報により諸条件が異なる場合がございます。詳細につきましては各分譲の長所をお示しし、令和元年12月現在

事前予約の上、  
初めてご来場・ご見学・ご相談  
頂いたお客様に  
**QUOカード  
1,000円分  
プレゼント!**

すまい給付金  
最大**500,000円**  
対象住宅

※対象物件には条件・申請期間がございます。  
※すまい給付金の対象とならない場合もございますので詳しくはお問い合わせください。

感動ハウス株式会社

0120-41-9585 〒990-0074 山形市芳野64番地  
電話番号: 023-641-9585

ご見学希望の方は、担当窓口へお問い合わせ下さい。  
お問い合わせは  
担当窓口: 斎藤 **080-3337-4566**まで

(公社)山形市住宅地建物取引協会の会員 東北地区不動産公正取引協議会加盟事業者  
宅地建物取引業免許番号: 山形県知事(2)24824 建設業許可: 山形県知事許可(特-30)第102091号  
(広告有効期限 令和2年1月末日迄)



information

# オススメ物件情報

山形市 倉みはらしの丘 価格 **2,500** 万

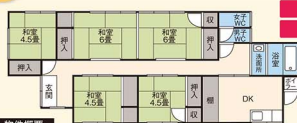


**売戸建 1LDK+S**

**物件概要**

- 構造 / 木造カラー鉄板葺 平屋建
- 敷地面積(坪数) / 285.00㎡(86.21坪)
- 建物延面積(坪数) / 95.43㎡(28.86坪)
- 新築年月日 / 平成27年12月
- 幅員 / 公道 西側 6m
- 学区 / みはらしの丘小・第九中
- 取引時期 / 相談
- 取引態様 / 仲介

山形市 松山1丁目 価格 **290** 万



**売戸建 5DK**

**物件概要**

- 構造 / 木造カラー鉄板葺 平屋建
- 敷地面積(坪数) / 64.55㎡(49.77坪)
- 建物延面積(坪数) / 86.06㎡(26.03坪)
- 新築年月日 / 昭和47年11月
- 学区 / 上山南小・上山南中
- 引渡時期 / 相談
- 交通 / かみのやま温泉駅900m(徒歩1分)
- 取引態様 / 仲介

山形市 倉弁天1丁目 価格 **650** 万



**売戸建 6DK**

**物件概要**

- 構造 / 木造カラー鉄板葺 2階建
- 敷地面積(坪数) / 255.32㎡(77.53坪)
- 建物延面積(坪数) / 113.21㎡(34.24坪)
- 新築年月日 / 昭和54年11月
- 幅員 / 公道 南東6m
- 学区 / 上山小・上山北中
- 引渡時期 / 相談
- 交通 / 及び記念館前約1.2km(徒歩15分)
- 取引態様 / 仲介



(有)山形第一不動産

(社)山形住宅地産物取引業協会会員  
山形県知事免許(4)第216号  
東北商業不動産協会正引取組合加盟  
上山南8丁目2-20

TEL **023-672-4579**  
URL <http://y-fudousan.net/>

## 建替えの不安解消! お任せフルコース!

**仮住い・引越し まるごと 解体・新築 セット**

**仮住い**

ご要望のアパートをお探しします。また、仮住いに掛かる費用は全て負担いたします。

**解体工事**

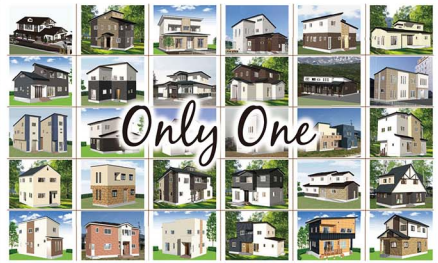
建坪面積分の解体費用は、坪単価に入っています。不要な家具等も処分いたします。

**往復の引越し**

着工前と完成後の引越しのお手伝いと、費用を弊社で負担いたします。

**新築工事**

高気密・高断熱・高遮熱住宅。照明・カーテンまで全て3Dコミミ自由設計。



**任せて安心フルコースセット内容**

- 自由設計
- 仮住い費用
- 引越し費用
- 解体工事
- 遮熱仕様
- カーテン
- 照明器具
- 2階トイレ
- 無料室内装飾
- 壁やドアが増えても価格が同じ定額制

あとは **住むだけ!** / **建替えパック 49.8** **9万円** **完成** **ヨソキョウバ**

**セット価格 坪単価 49.8** 万円 **完成** (16坪) (建坪40坪以上の単価)

**5ヶ月で完成! 工期厳守!**  
**安心と信頼を築く**



**オナック**  
ONAC  
023-645-9595

詳しい内容・資料請求は  
ほっとなる家 検索  
〒990-2464 山形市高堂99-1





# 読書家の家

— 大きな本棚のある暮らし —



- 吹き抜けの
- 壁一面の本棚に、
- 好きな本や
- 好きなものを飾り
- 自分だけの
- 贅沢な時間を
- 楽しめる家。

新築  
一戸建て

## 緑町一丁目

4,510 万円(税込)  
建物面積/94.40㎡(28.55坪)  
土地面積/237.97㎡(71.98坪)

所在地/山形市緑町一丁目7-62  
用途地域/第2種中高層住居専用地域  
構造/木造2階建て  
建物完成/2019年4月

道路/市道6m  
設備/公営水道、公共下水、東北電力  
交通/遊学館前バス停約360m(徒歩5分)  
取引態様/土地:販売代理 建物:売主

UNNO HOUSE

建築業許可/国土交通大臣許可(特-2812980号) 電建許可番号/(14)747号

住所/山形市大野目4-1-37 営業時間/9:00~18:00 定休日/火曜日・水曜日

☎ 0120-31-5283 <https://unnohouse.co.jp/>

ワンハウス 検索

詳しくは  
HPを  
ご覧ください



# 雪止めが無くても雪が止まる 不思議な屋根材です!

テレビの人気リフォーム番組でも紹介されました!

- 30年間製品保証、10年間美観保証
- 優れた遮熱性能、遮音効果
- 瓦より軽く、地震にも強から安心です



美しい造りのデザインで、和風・洋風どちらでもベストマッチ



冬にも強く耐凍害性にも優れています



30年間メンテナンスフリーですので経済的です!!

美しい造りのデザインで和風・洋風どちらでもベストマッチの「メトロタイル」。  
メトロタイル・デクラ屋根システムは屋根材と合わせて断かな部材も豊富です。



「メトロタイルで  
検索してください。」

四季を通して美しく、冬は雪止め効果もある「メトロタイル」!

ÅGoto roof  
☎023-634-5010

住/山形市山形1丁目2-13  
営業/00:00~17:00  
休/土・日曜日  
<http://www.goto-roof.jp>



スタッフ 藤さん



いつまでもあせす美しさを保つ、ニューゼaland生まれの屋根材「メトロタイル」。地中海地方で見られるスペイン瓦のようなエレガントなスタイルで、白い壁のお家などにはオレンジの色がとても似合います。もちろん和風屋根に合う色も様々あります。自然美しい山形の風景にもよく似合い、冬には「雪止めが無くても雪が止まる、不思議な屋根材」としても人気です。是非、30年間メンテナンスフリーの美しい経済的な「メトロタイル」を貴方のお家に…。





# ほどよく・ほどよく・今日もいい1日だ

LET'S GRANT A WONDERFUL DREAM BY SELECAO HOUSE

HEY!  
WELCOME!  
Open House



## EVENT INFORMATION

予算内でいいカタチになりました。

## ほどよくかわいいPHランプが似合う家

1/11[sat] 12[sun] 13[mon] . 18[sat] 19[sun]

10:00~17:00 ◎ 天童市一日町地内 会場にてアンケートご記入の方へQUOカードをプレゼント!

### お気に入りのインテリアに囲まれて過ごす、のんびり豊かな“北欧時間”

子供が楽しそうに駆け回り、家族そろってゆっくりお茶をして、夜もみんなと一緒に料理して夕ごはん、ゆったりとした暮らしのイメージがある北欧ですが、基本的に共働きで平日の朝も早く、忙しさは私たちと同じ。家事の合間に家族で「甘いものといっしょにコーヒーを飲むこと」をフィーチャー呼び、大切な日課としています。

お気に入りのマガを眺めながらおしゃべりをして、そんな手軽な幸せを私たちの暮らしにも取り入れた、お家時間を過ごしてみてもいいですね。



ぐるっと1周できる間取りは忙しい人の味方。暮らしが整う家づくりをあなたと共に。



▲ 将来、壁をもうけ広い部屋より細い部屋へ子供の成長に合わせて子供部屋。



▲ お家のアクセントカラーのブルーの壁の後ろがウォークインクローゼット。正面がパウダースペースの壁装。



▲ このお家のアクセントカラーはブルー。ブルーの塗り壁の後ろが大型ストッカー。おしゃべりに目隠ししつつ、実用時の非常食まで置ける広さ。



▲ 吹き抜けの壁にガラスブロックをあしらひ、かわいい上品さを楽しみました。



株式会社

セレcaoハウス

<http://selecao-house.co.jp>

〒994-0049 山形県天童市雨町三丁目13番7号 TEL.023-679-4820

詳しくはこちら▶ [セレcaoハウス](#) [検索](#)



はじまるよー!



トミカワールド  
に行こう♡



© TOMY 「トミカ」は株式会社タカラトミーの登録商標です。

## トミカ博 in SENDAI

### DATA

【開催日時】 1月1日(水)～5日(日) 11日(土)～13日(月)祝 / 10:00～16:00(最終入場は15:30)  
 【開催場所】 ゼビオアリーナ 仙台(仙台市太白区あすと長町1-4-10)  
 【料金】 当日券 大人(中学生以上)1,000円、子ども(3歳～小学生) 800円

お正月の子宝  
まじりじゃない呀



### 入場記念トミカがもらえるよ!



(有料入場者のみ、無料入場の方を除く)  
 ※入場記念トミカは生産上の都合等により、直前に変更になる場合があります。

### 前売券のご案内

- 大人(中学生以上)900円
- 子ども(3歳～小学生)700円
- 2歳以下無料
- ※料金は税込です
- ※ローンチケット、セブンチケットなどで取扱い
- お問合せ先  
 仙台放送事業部 022-268-2174  
 (平日10:00～17:00)

### 巨大パーキングタワー

たくさんのトミカがタワー  
 の中に駐車してよ。巨大  
 ジオラマも圧巻!

高さなんと!  
 1m40cm!!

すごい  
 大きいねー



BIG SIZE!



# ちい旅

宮城県  
トミカ博編

子どもたちが夢中になる、  
 「トミカ博」が仙台で開かれるよ!

かっこいいトミカがたくさん集まる「トミカ博」。  
 1月の開催の前に、くまうさファミリーが会場に潜入♪  
 楽しみ方を案内します。



くまうさ ファミリー  
 kumausa family

### 旅のルート

- 約1時間
- 山形市内
  - 山形藤王IC
  - 山形自動車道
  - 東北自動車道経由
  - 仙台南部道路 長町IC
  - ゼビオアリーナ仙台

### Check Point!

会場内はプレイチケット  
 が必要なおコーナーもあり  
 ます。※1枚100円、11枚  
 プツリ1,000円

### さっそく、トミカワールドへGO!

### トミカワールドジオラマ



わぁー!  
 車の種類が  
 いっぱい!!



近づいて見てみよう!

### トミカからくりスライダー

ハンドルをぐるぐる回して、  
 トミカを走らせよう!

おん  
 ぎゃ  
 ぎゃ  
 ぎゃ

いっその  
 がミックスが連続!





遊んで疲れたら、子連れWELCOMEなカフェで一息。

## パブリックコーヒー&バー PUBLIC. COFFEE&BAR



オシャレ空間で楽しむ  
純品フレンチトースト

ゼビオアリーナ仙台から近い、JR長町駅西口そばのカフェ。スタイリッシュな空間でありながら、子ども用のメニューやイスがあり、子連れフレンドリーです。おイチオシのフレンチトーストは、バゲットの表面をカリッと焼き上げ、甘さ控えめ、べろりといいただける美味しです。

- 【住所】 仙台市太白区長町3-7-3  
【TEL】 022-738-7463  
【営業時間】 ランチ11:00~14:30、カフェ14:30~18:00(L.O.17:00)  
土日のみ夜も営業18:00~23:00(L.O.22:00)  
【定休日】 月曜  
【駐車場】 3台



じゅり  
り

### カプチーン / 450円

ラテアートも可愛いカプチーンは、濃厚なエスプレッソとミルクが深い味わい、飲みながらゆっくりおしゃべりしたいですね。



### キッズランチ 600円

(ランチタイム限定、小学生以下限定)  
大人用のフレンチトーストを一回り小さくした本格的なプレート、デザートや選べるドリンクもついて、お楽しみいっぱいになる嬉しい一皿です。



## カフェアンドクトゥワ、ソレイユ! Café 1un 2deux 3trois soleil!



絵の星でお絵描きも可!  
こども園にあるユニークなカフェ

仙台市南部の八木山エリアにあるカフェは、認定こども園内にある施設を改装。園の保護者だけでなく、地域の人が集まる交流拠点になっています。店内では、絵の具を使って大きな紙にお絵描きすることもできるそう、大人も子どもも楽しく過ごせる空間だね。



「アンドクトゥワ、ソレイユ!」って、フランス語で「だるまさんがころんだ」のかけ声なんだって

本日のランチ1,100円  
(キキンのハーブソテー)  
+  
親子ランチ330円  
(平日のみ)

大人がランチを注文した場合、子ども用ライスコロケツとジュースを付けられる「親子ランチ」が好評。子どもが複数いる場合は、子どもが複数追加できます。



- 【住所】 仙台市太白区八木山緑町21-10(認定向山こども園敷地内)  
【TEL】 022-305-7552  
【営業時間】 火~金曜11:30~16:00(ランチはL.O.14:00)、  
金曜のみ夜営業17:00~20:00(L.O.19:00)、土日祝12:00~16:00  
【定休日】 月曜  
【駐車場】 こども園駐車場を利用

## 消防士体験



ボールを投げて火を消そう。  
消防車で写真を撮るよ。

えい!

みんなのボール!

みんなで消防訓練だ~



Check Point!

プレイチケット  
必要

## トミカつり

釣竿を使ってほいほいトミカを釣り上げよう!

上手に釣れるかな?



ほいほいトミカが釣れるよ!



選んだパーツを「カシメマ」が目の前で組み立ててくれるよ。

## トミカ組立工場

Check Point!

プレイチケット  
必要



おわーいできてる~

★「カシメマ」トミカの組立の最終工程を行う「かしめ機」を使うスタッフのこ

## 会場で購入できる、イベント記念トミカもたくさん☆

各700円  
(税別)

No.8  
スズキ ジムニー



▲No.9  
トミカタウン ドクターカー



▲No.10  
三菱 ランサーエボリューションIV

※イベント記念品は、1アイテムお一人様5個までの販売とさせていただきます。

他にもあるよ!

## web情報

「トミカ博」の詳細はタカラトミーのホームページで公開!

[www.takaratomy.co.jp/event/](http://www.takaratomy.co.jp/event/)

トミカ博 仙台 検索



※写真はイメージです。デザイン・色等変更になる場合があります。

YAMAGATAKEN

NAVIGATOR

「子育てするなら山形県」  
シンボルマーク  
めぐりん



子育てするなら山形県

旧パスポートをお持ちの方へ

やまがた子育て応援パスポートの旧パスポート(紙カード)をお持ちの方は、有効期限が令和2年(平成32年)3月31日までになります。お早めにスマートフォンなどでご利用になれる電子画像のパスポートに切り替えをお願いします。電子画像は申請フォームよりDLしてご利用ください。

電子画像を利用できないご家庭には、各市町村窓口にて紙カードを交付しています。問/山形県子育て推進部子育て支援課 ☎023-630-3345



申請フォーム▶

▶市町村窓口へ



山形県子育て応援パスポート

やまがた子育て応援パスポート

パスポート申請フォーム

本人(パスポート)は、1級漢字までの日本語のみで記入する必要があります。

利用種別

① 居住している市  
② 居住している市がなくてもパスポートを申請してください。

お申し込みの年日 出生 2018年 12月 12日

※お申し込みの年日は、お申し込みの年日です。

山形県子育て応援パスポート

やまがた子育て応援パスポート

子育てするなら山形県

有効期限

2023年03月31日

※有効期限は、お申し込みの年日です。

パスポートを取得するためのパスワード付きのチラシを各市町村窓口にて交付。窓口でお子様の保険証や母子手帳等をご提示ください。

MURAYAMA

将棋駒といて湯とフルーツの里  
"笑顔にまわしいあわせ実感 健康都市"

NAVIGATOR

げんキッズ イメージキャラクター  
ごまたん



天童市 てんどうし

げんキッズでお餅つき

新年を親子で楽しめるお餅つきイベントです。本物の杵と臼でお餅つき体験をして、その場でつくたてのお餅を食べられます。ぜひみんなで遊びに来てください!



日時/2020年1月4日(土)11:00~ ※参加無料・予約不要(なくなり次第終了)  
住/天童市芳賀タウン北2-7-18  
問/天童市子育て未来館 げんキッズ ☎023-651-8240  
対象/小学生以下の子どもと保護者の方

みんなで創る「山形らしさ」が輝くまち

NAVIGATOR

山形県 お宝広輪大使  
はながた べにちゃん



山形市 やまがたし

東京オリンピック パラリンピック応援の日

オリンピックにちなんだ制作あそびや、応援メッセージの作成などのイベントを行います。東京オリンピックをべにっこひろばで応援しよう! 詳しくはHP・ブログをご覧ください。



日時/1月11日(土)10:30~  
会場/山形市児童遊遊施設だべにっこひろば  
住/山形市徳越2 料金/無料  
問/べにっこひろば ☎023-674-0220

子育てにやさしい町 大江町

NAVIGATOR

大江町スペシャルコーナー  
日本一くん



大江町 おおえまち

子育てや孫育てをしている方を応援します!

だんご木踊り交流会を1月11日(土)に開催します。NIPPOMAMA、おじいちゃん、おばあちゃんと一緒に、だんご木踊りを楽しみながら、新年の健康と幸せを願いましょう。詳細は、お電話でお問い合わせください。



★一般開放日 毎週火曜日から日曜日(第2日曜日)と毎月曜日・年末年始はお休み  
★開放時間 9:30~17:00 住/大江町大字本町内1338-1  
問/大江町子育て支援センター「はれと」 ☎0237-85-0433

森と湖のふるさとファッションのまち

NAVIGATOR

保健福祉課健康推進係  
センターの愉快な職員達



山辺町 やまのまち

ママ&チャイルドクラス

センターでは週1回、ベビーマッサージや親子体操など親子のコミュニケーションを目的とした教室を開催しています。子どもと一緒に体を動かしてリフレッシュ!一緒に楽しみましょう。



会場/山辺町大字大塚836-1(保健福祉センター)  
日時/毎週木曜日14:45~15:30 講師/山形生業病院「めぐみ」の先生  
料金/1回500円 対象/可児、町外の方50歳、産後1ヶ月~3歳まで参加可能  
問/☎023-667-1177



毎月ブックアップした市町村と山形県の最新情報をご紹介します。  
イベントやお役立ち情報など、山形の子育ライフがもっと楽しくなるNEWSが満載です。

## SHONAI

賑わいも暮らしやすさも  
共に創る公益のまち酒田

**酒田市** さかたし

わんぱく広場「探検わくわく迷路」

**お** 廊下の中に現れた迷路  
に挑戦。ミッションをク  
リアしながらゴールを目指そう。  
迷路の工作やゲームもあります。  
幼児から小学生まで、家族で  
チャレンジしてみてくださいね。



日時 / 1月13日(祝・月) 10:00~11:30、13:30~15:00  
会場 / 交遊ひろば2階工作コーナー・研修室  
住 / 酒田市中町3-4-5 料会 / 無料(申し込み不要)  
問 / 酒田市児童センター(交遊ひろば内「親子ふれあいサロン」) ☎0234-26-5613

NAVIGATOR

酒田市民館 マスコットキャラクター  
あなのん



子どもたちの夢を育むま  
ち～子どもたちに夢を～

**遊佐町** ゆさまち

はじめてのおつかいに挑戦♫

**遊** 佐町子どもセンターにて  
今年度も「お屋さんごっこ」を行います。当日は、いろ  
んなお店がオープンする予定で  
す。品物もお金もいっぱい手作り  
してお待ちしております！



事業日時 / 1月9日(木) 10:00~11:00  
場所 / 遊佐町遊佐字広巻6-8 遊佐町子どもセンター集会所  
申し込み期間等 / 12月16日(月)~17日(火) 先着15名  
問 / 遊佐町子育て支援センター(子どもセンター内) ☎0234-72-2809

NAVIGATOR

イメージキャラクター  
米～ちゃん



## MOGAMI

むら美しく・人いきいき・キラリおくら

**大蔵村** おくらむら

わいわい広場で一緒に遊びましょ

**毎** 月第2金曜日に妊婦・育児  
相談を実施しています。  
「わいわいセミナー」と合同で絵本  
の読み聞かせなどのイベントも  
行っていますので、ぜひ親子で遊  
びにいらしてください！



会場 / 赤松生理学習センター まつばくくり  
住所 / 山形県最上郡大蔵村大字赤松689  
日時 / 毎月第2金曜日 10:00~11:00  
問 / 大蔵村役場 健康福祉課 ☎0233-75-2104

NAVIGATOR

大蔵村 マスコットキャラクター  
おくら君



人が輝き 町が輝き 未来が輝くまむろ川

**真室川町** まむろがわまち

ママ同士のおしゃべりで、にっこり子育て♫

**ね** んねの赤ちゃんと一緒に  
に、安心して参加でき  
る「赤ちゃん広場(年4回)」。  
ベビーマッサージだけでなく、  
ママたちのおしゃべりタイム  
も人気です。



住 / 真室川町新町233-1  
営 / 平日9:30~11:30、14:00~16:00、第2土曜日9:30~11:30  
休 / 土日祝、毎月第1、3月曜日  
問 / 真室川町中央公民館内 子育て支援センター「たいよう」 ☎0233-62-2278

NAVIGATOR

ねの花の妖精  
うめ子ちゃん



## OKITAMA

木とふれあい心はぐくむまち

**高畠町** たかばたまち

エコ服の日～ARIGADAY～OPEN

**高** 畠町子育て支援センター  
では、毎月一回、無料のエコ  
服の日を開催しています。サイズ  
が合わず着なくなった服を欲しい  
方に、ゆずって、ゆずられてのリサ  
イクル活動を行っています。



※「エコ服の日」お下がりが服、専車中(館内時間中受付)  
場所 / 高畠町大字南沢196 もっくる会内  
日時 / 毎月第4金・土曜日 9:30~17:00  
問 / 高畠町屋内運動場「もっくる」 ☎0238-49-7588 (開館時間 / 9:30~18:00)

NAVIGATOR

高畠町屋内運動場  
「もっくる」ロゴマーク



白い森の国

**小国町** おぐにまち

子育て支援センター～クリスマス会～

**12** 月は、小国町子育て支援セ  
ンターで『クリスマス会』  
を開催。親子で楽しむ歌やゲーム、サ  
ンタさんからのプレゼントも魅力。  
1月は、「なやかしい広場」開催しますの  
で、ぜひみなんで遊びにきてね！



問 / 小国町健康福祉課 ☎0238-61-1000  
小国町子育て支援センター ☎0238-62-2330  
(おぐに保育園内)

NAVIGATOR

マスコットキャラクター  
ワラビーマン



教えて!

# 子どものメガネ

## タイミングと選び方



教えてくれたのは…  
佐藤眼科医院 網科クリニック  
神尾聡美 先生

テレビやゲーム、タブレットに触れる時間が長く、おさんの視力が気になるママも多いですね。子どものメガネはどんな時に考えるのがいいのか、実際に選ぶときのポイントなどをご紹介します。

まずは、子どもの視力とメガネの役割について、専門家にお話を伺いました。

### Q. 子どもにメガネが必要になるのは、どんな場合ですか？

子どものメガネには「治療用」と「視力矯正用」の2種類あります。「治療用」は、弱視や斜視と診断された場合で、できるだけ早くメガネをかけることが必要です。メガネの着用で、視力が改善される場合もあります。「視力矯正用」は、近視や遠視、乱視などで、子どもがテレビや文字を見にくく感じている際に、生活状況に合わせて眼科医と相談し、メガネを検討します。(治療用メガネは、加入している健康保険に申請すると保険適用になる場合もあります)

### Q. わが子の視力、どのタイミングでチェックすればいいですか？

人間の視力は、成長とともに徐々に発達します。生まれたての赤ちゃんは、ほとんど見えていませんが、3歳くらいまでに視力1.0程度まで見えるようになっていきます。子どもはいろいろなものを見ることで、ものを立体的に捉えたり、奥行きを感じる能力が生まれ、視力が育っていくのです。「弱視」や「斜視」など病気の場合は、なるべく早く親が気づき、治療用メガネをかけ始めることが大切です。子どもの視力は、6-8歳ごろまでに決まってしまう、それ以降は回復が難しいことが多いためです。視力検査は、3歳児検診でも行われ、意思疎通ができるようになる3歳ごろから可能になります。気になる場合は眼科に相談しましょう。

### Q. メガネをかけることで、さらに視力が悪くなりませんか？

適切なメガネの着用で、視力が悪化することはありません。治療の場合はもちろん、視力矯正も、おさんが快適に生活するためにメガネをかけたほうが良いケースには、適切なものを選んであげましょう。



## 視力低下を防ぐ! 暮らしのポイント

### POINT 01

#### 適切な距離で見る

テレビとの距離は、画面の高さの3倍をキープ。読み書き、タブレットやゲーム機は最低30~40センチ距離を取りましょう。



### POINT 02

#### 時間を決めて休憩する

読み書きは30~60分ごと、テレビやゲームは15~30分ごとに休憩して目を休めて、タイマーを使うのもおすめ。



### POINT 03

#### 良い姿勢を保つ

本やスマホに目を近づけすぎず、適切な距離を取るために、良い姿勢を取ることが大切です。

背すじまをばして!



## おうちでさっそく!

### わが子の視力チェックリスト

- テレビを見るときいつも近づいて距離が近い
- 遠くを見るとき目を揉める
- テレビを見るとき、体を横に向けて片方の目だけで見ている

1つでもが入ったら眼科を受診しましょう。

眼科でメガネが必要と診断された場合は、処方箋をもらってメガネ店に行きましょう。

子ども用メガネがずりり!



県内初の子ども用メガネ専門店、山形市の  
ベルティーサイト山形店「こども眼鏡院」に行ってみました。

こども眼鏡院は、子ども用メガネ専門のネットワークで全国に14店舗。山形県内ではここだけです。県内最大級の常時300本以上の子ども用メガネをそろえ、治療用に最適な高品質、機能レンズも豊富に取り扱っています。



Let's Go~!







梨璃ちゃんは、3歳から視力矯正用のメガネを着用。  
ほしいデザインがなかなか見つからないなど、メガネ選びに苦労してきたそう。  
彩璃ちゃんも初めてのメガネ選びにチャレンジ!

協力してくれた親子は…  
庄司梨璃(りこちゃん)9  
彩璃(あこ)ちゃん(3)  
母 純子さん

ぴったり  
かな?

## 子どものメガネ選びのポイントは…



Point 01

顔の大きさと幅に合わせてぴったりのサイズ

子どもは大人に比べて鼻が低めなので、ピッタリフィットする鼻パッドを選びましょう。長くかけていても顔に負担がかからないよう、フィッティングや調整も大切です。



Point 02

壊れにくく柔軟性のあるフレーム

耳にかける部分に哺乳瓶と同じ柔らかい素材を使い、かけ心地の良さと壊れにくさを実現した商品も。活発に動いてメガネを壊す可能性が高い子どもでも安心してかけられるものを選びましょう。



Point 03

子どもが嫌がらず、毎日かけられるもの

子どもがメガネをかける際、親の声掛けが重要です。「カッコいい(可愛い)！似合うね!」「よく見えていいね!」など前向きになれる言葉を掛けてあげてみましょう。

check! 子どものメガネで特に多いのが、「鼻パッドが折れる」というトラブル

初めてメガネをかける子どもや、元気いっぱいの子には鼻パッドがメガネと一体化しているタイプもおすすめです。

## ママのレポート

2人の娘のメガネをフィッティングしてみて、「これだけの選択肢から選べるのは魅力的ですね」と純子ママ。梨璃ちゃんは、年齢が上がってくるとにもオシャレを気にしてメガネも選びたがるそうで、「デザインも機能もぴったりのものを選べたら嬉しい」と話していました。

## おすすめ商品 Pick Up ※価格はすべてレンズ代込(税別)



omodok (30,000円)

デザイン性と子ども向けの機能を兼ね備えたとしれな一本。メガネの国際展示会子ども部門で大賞を取ったブランドです。



TOMATO GLASSES (20,000円)

耳に掛ける部分が自在に曲がってフィットしやすいので動いてもずれにくく、初めてのメガネにおすすめ。子どもが壊しやすい鼻パッドの交換部品がセットになっているのも嬉しい。



スポーツ用メガネ (25,000円)

サッカー、野球、バスケットボールなどをプレイする際に安全面を考慮したモデル。万が一ボールがぶつかってもレンズはプラスチックなので、スポーツをする子どもに最適です。

こんなに可愛い  
メガネケースもあるよ!



めがねはフクフクのもたち

安心の  
「子ども保証」で  
快適視生活を  
サポート

## こども眼鏡院 KODOMO GANKYOIN

私たちは、お子様の眼を守る眼鏡の専門家です。  
こども眼鏡院は、安心の保証システムをご用意しております。

- ① 18歳未満のお子様は、2年間で最大3回までの無償レンズ交換が出来ます!
- ② 1年間のフレーム破損修理は無料!
- ③ メンテナンスはすべて永久無料



治療用眼鏡、各種科医院様・病院「眼鏡処方箋」お受けいたします  
こども眼鏡院(ベルテイ・サイウ山形店) 住 山形市鉄道町2-20-20  
TEL 023-625-5151 営 10:30~19:00 休 第1・2・3火曜日 <https://verty-saito.jp>

# Uwabami WINTER FESTIVAL

「まなびあテラス」が煌びやかに色どられるイルミネーションイベントが今年も開催されます。各週末はクリスマスマーケットやアートイベントもあり、クリスマス気分が高まります。ご家族連れでぜひ訪れてみてね。



## ILLUMINATION

●11/30(土)~1/13(月・祝) 17:00~21:30

### FOOD&GOODS

#### クリスマスマーケット (兼商エリア)

日にもち: 11/30(土)・12/1(日)  
・7日(土)・8日(日)・14日(土)  
・15日(日)・21(土)・22(日)

時間: 16:00~21:00

ドイツ発祥のクリスマスイベントをイメージし、人気グルメやクリスマス雑貨などが大集合します。

#### Weinfest mit Ingelheimer Rotwein (ワインフェスト ミット インゲルハイマー ロードワイン)

日にもち: 12/21(土)・22(日)

東根市と交流のあるドイツのインゲルハイムアムライン市産のワインの試飲や食の販売、ドイツ紹介コーナーを設けます。

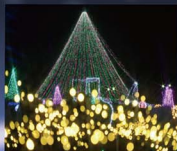
### MUSIC&PERFORMANCE

#### 絵の世界に 入っちゃおう! Uwabami ライブイベント (エントランスホール)

日時:  
12/21(土) 13:00-16:00  
18:00-20:00  
12/22(日) 11:00-13:00  
14:00-16:00

#### ミニコンサート (エントランスホール)

出演: 東根市音楽連盟、  
東根学園吹奏楽部など  
日時:  
11/30(土) …17:30  
12/8(日) …13:30  
12/14(土) …17:30, 18:30  
12/1(日)・7(土)・15(日)  
・21(土)・22(日)  
…16:30, 18:30



#### 東根市公益文化施設 「まなびあテラス」

〒999-3730  
山形県東根市中央南1丁目7-3

問合せ先:  
ひがしねウインターフェスティバル実行委員会事務局  
(東根市経済部商工観光課内)  
☎: 0237-42-1111(代)





今月のエンタメ

# ENTERTAINMENT

お子さんにもママにもオススメ・・・今月のエンタメははじまり、はじまりい〜。



八文字屋 本店

[TEL] 023-622-6736

[住所] 山形市本町2-4-11

[営業時間] 10:00~20:00

http://www.hachimonjiya.co.jp/

## けっこんしき



ブロンズ新社 1,200円(税別)

観光地にあると、ついつい写真を撮ってしまっ!顔はめ!ハル!それを家で手軽に楽しめる、ユニークなおでこはめ絵本です。絵本を囲んでおでこはめと、和室で豪華なごんさんを押した花嫁さんに大変身!! 男の子はふんまげ頭のお嬢さんに、サイドの髪の色が見事にカールした有名な音楽家になったり、角刈りでねじり跡きをした寿司職人になったり、はめれば誰とも笑顔をにっこやう、楽しい一冊です。

## 主婦をサラリーマンにたとえたら想像以上にヤバくなった件

主婦の友社 1,200円(税別)



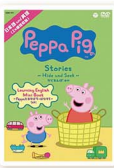
元サラリーマンで、今は夫をしている著者が、家事育児に奮闘する様子を発信していることで全然進まない家事、夫との交流が激減し世間から取り残される感覚など、会社員時代は見えなかった「フェイク」の大きさを激論と文章でゴッカイにまとめた。また、仕事と向き合い家事育児も大変だといことがすべてで夫婦の共通認識になり、協力し合える夫婦が一層も増えることを願って書かれた本です。



## Peppa Pig Stories

~Hide and Seek かくれんぼ~

イギリス生まれで、世界180か国で放送されている人気アニメ、可愛いおぶらの女の子ペッパ、弟のジョージ、パパ、ママの4人が繰り広げる、楽しい日常のお話が盛りだくさんの1巻です。1話約5分の内容で、「かくれんぼ」についてのクイズなど13話を収録。トランプがあっても飛べない飛ばしてしまう元気な一家の様子に、ついつい笑顔になる内容。日本語と英語で準備した両方で楽しめます。英語に慣れ親しむきっかけづくりにどうぞ。



## きみはいい子

ママ友のつきあいに神経を使えないなら、袖を磨いて見る母親。老いが進む主婦人、学級崩壊寸前のクラスを担任する新人男性教師、それだけが少壮担任づつづりながら、子育てをテーマに描かれる映画。リアルな現実が描かれて、でも、後々の映画のトーンが変わって打ちのめされたときに、面白いと異議を打ちのめされたあと、誰かにきかして『きみはいい子』と言ってくれたら。



MOVIE ON

[TEL] 023-682-7222 (自動音声案内)

023-682-7235 (逢9:00~18:00)

[住所] 山形市嶋北1-2

アラクシシ-都府経シニア-MX42音場

フォーラム

▶ 山形 [TEL] 023-632-3220

[住所] 山形市香澄町2-8-1

▶ 東根 [TEL] 0237-43-8060

[住所] 東根市大字堂1797-1

ソラリス

[TEL] 023-674-0035

[住所] 山形市城町1-11-1 龍城セトルM2F

イオンシネマ

▶ 天童

[TEL] 023-665-1166(問合せ)

[住所] 天童市芳賀タウン北4-1-1

イオンモール天童2F

イオンシネマ山形、イオンシネマ天童(閉鎖上映中)

ソラリス MOVIE ON イオンシネマ天童 フォーラム東根

## 映画 妖怪学園Y 猫はHEROになれるか

12/13  
公開



人気アニメ、妖怪ウォッチの劇場版シリーズ第6弾。トランプスの能力を持つ者だけが入学を許可される超エリート校として知られるY学園。同校では、新たな悪魔陣営“YSP”が設けられ、主人公・寺川ジベいはそのメンバーに選ばれた。そしてジベいは、学園から不思議なミッションを下され、数々の怪事件に挑む。果しては、Y学園に隠された秘密とは? 摩訶不思議な世界で、新たな妖怪ウォッチが回り始める。不思議の解明に挑む。

フォーラム山形 MOVIE ON フォーラム東根 イオンシネマ天童

## スターウォーズ スカイウォーカーの夜明け

12/20  
公開



1977年にジョージ・ルーカス監督によって生み出された、数々の金字塔を打ち立てた伝説の映画「スターウォーズ」42年もの歳月をかけて語られてきた宇宙の愛と希望の物語が、ついに今作で幕を下ろす。銀河の反乱の刺客となったカイロ・レンと、ルークの想いを引継ぎ「オース」を覚悟させたレイを中とする「光と闇」の最終決戦。果たして「我々は常に」と共に、誰一人消え去ってはいない」という言葉が意味することは?

ソラリス MOVIE ON イオンシネマ天童

## ヒックとドラゴン 聖地への冒険

12/20  
公開



弱虫なバイキングの少年から若きリーダーへと成長したヒックは、ドラゴンの王となつた相棒トゥースと共に、仲間を率いて新天地を探す旅に出る。大移動の旅の途中、ドラゴンランタンに命を奪われ、トゥースの前には白い謎のドラゴンが姿を現わす。そして、たどど着いた聖地は、ドラゴンだけが暮らせる「隠された王国」だった。ヒックとトゥースは別れる運命なのか? 今、人間とドラゴンの友情が試される。

MOVIE ON イオンシネマ天童

## 劇場版 新幹線変形ロボシカリオン 未来から来た神速のALFA-X

12/27  
公開



地球を奪うため、新たな敵・謎の巨大怪物体が宇宙から現れた! 島の攻撃により父・ボクが行方不明になってしまった。不安を隠せない主人公ハヤト。そこに現れたのは、なんと主人を覚えてやっていた「フェイクのホム」だった! 少年ホムは、地球を守るために、そして完の世に眼を向けた。最新技術を結集し完成したシカリオンとALFA-Xの運命に託されたことを、再集結したチームシカリオンは宇宙最強の敵に立ち向かう!

# もっと知りたい! ニュージーランド

酒田市交流観光課  
TEL: 0234-26-5759



2020.  
host town  
relay!

**酒** 田市がホストタウンを務めているニュージーランド、日本で盛り上がったラグビーワールドカップでも活躍したニュージーランド代表、通称「オールブラックス」が祖国のヒーローで、ラグビーは人気No.1のスポーツです。東北公益文科大学で英語を教えているティムさん、子どもたちのころからラグビーに夢中でした。[学校のグラウンドは、日本と違ってすべて芝生なんです。昼休みに高校ではほぼ毎日ラグビーでしたわ]と振り返ります。

日本人女性と結婚し、区内での暮らしがとても気に入っているというティムさん。両国の違いについてはニュージーランドでは、男性も洗濯・食事前の手をします。女性も働いているから、男性が家事をするのは当たり前です」と語ります。男性が育児休暇を取るのも一般的で日本



東北公益文大 助教  
ティム・バンティングさん

もニュージーランドのようになりたいですわ」と話してくれました。

酒田市は、ホストタウンをきっかけにニュージーランドのトライアスロン選手に奨学金制度を設けて支援するなど、交流を深めています。オリンピック前には、選手の事前キャンプも予定されています。

イギリス発祥のスイーツ「ファッジ」、ニュージーランドでも家庭で手作りする人気のお菓子。キャラメルやフルーツのような味わいですが、口中ではほろっとと解れる食感が特徴です。

### おすすめのスポット

自然豊かなニュージーランドで、南島一番の観光スポットが、世界遺産のフィヨルドランド国立公園です。氷河によって垂直に削り取られた山々が、1,000m以上わたって海面からそそり立つ光景を、ゆつたりと大型船でクルーズしながら見るのができます。

### 公用語 英語、マオリ語、手話

(ニュージーランドは2006年、世界で初めて手話を公用語に決めました)

### マオリ語

こんにちは: kia ora (キアオラ)  
はじめまして: 故郷の一帯近い山と川の名前を言う (出身地を伝える意味)

## PICK UP PHOTO



- ①ティムさんが運転中に道で羊に出会った際の一瞬。
- ②ニュージーランドには、人口の約6割にあたる約2760万頭もの羊がいます。
- ③日本大好きなティムさん。撮影場所は酒田市観光で取りました。
- ④ニュージーランドから高麗も来日し、旅行はがまま家で夜をうらました。



## 子育てで家族が主人公 感動の家づくり

心躍る、暮らしやすい家がここに

### 技術と人柄で、笑顔を創るメルシーホーム

自然素材が主、沢山の心地よい住まいがほしい! 夫婦きなげな暮らしや子育ての割合や雰囲気にしたい! 細かいところまでご心配りください!

そんなあなたにわたしがまさに正面から向き合い、自由設計で想像以上に満足いく「本当に必要な家」をご提案いたします。

代表取締役 鈴木弘樹

Maman  
ママさん  
のお家  
観て欲しい!

〒900-0001 山形市西成沢西7丁目7-60 OPEN:9:00~18:00  
CLOSE:本曜日 ※キッズスペース有り ※駐車場有り  
http://www.mercury.jp/ TEL.023-688-7739

## 天使からのお年玉

1月6日 7日 8日

スイーツ **こしあん 180円 ▶ 100円**

### スイーツ 180円!

- こしあん
- ヨロコッ
- ストベリー
- ブルーベリー

### そうざい 280円!

- 焼きそば
- コッペ
- ナポリタン
- フランクフルト

### スイーツW 220円!

- ブルーベリー チーズクリーム
- ストベリー チーズクリーム
- ストベリー 練乳クリーム
- こしあん マーガリン
- カスタードホイップクリーム
- ブルーベリー ホイップクリーム
- ストベリー ホイップクリーム
- チョコレートスライスバナナ

### そうざいW 320円!

- 鶏ハムサラダ
- 自身フライタルソース
- コッペのBLT
- チリソースフランクフルト
- ペーコンエッグ

### 天使のコッペパン

〒901-0231 山形市見尾ヶ崎1丁目13-6 ※総務の式真富家様納  
営業時間/7:00~17:00

※毎月特  
お祝い

12/30(月)~1/8(日)まで 1/6(月)より通常営業





みんなで解決!

# お悩み 相談室



NAYA-mail

先月の悩ま  
ま びよびよママさん

去年4月に、わが子が幼稚園に入园予定で、初めての園生活を前に、母の私がドキドキしています。入园便利グッズ、入园前にこれをしていて良かったということ、ママ友とのトラブルを防ぐ心構え…など、先輩ママさん、アドバイスお願いします。



## 読者の皆さんからのアドバイス



### しゃもじん.さん

入园グッズは先走らないで、園の方で用意して欲しいという案内に添って用意した方が無駄はないかと思えます。手練れ指定のころもあるんで、時間がある時にツツコツツ作っておきましょう。ママ友トラブルは、私の周りには意外とないです。むしろ積極的に声をかけて顔見知りになってた方が、保護者同士の集まりや子どもの送り迎えの時話が弾んで楽しいです。ただ、噂好きな方はいますから、過度な距離感を持つように気を付けたほうがいいかもしれません。

### Rさん

ママ友とのトラブルを防ぐには、噂話をしないのがいいと思います。先生や子どものお友達のこと、私の親御さんのことなどですね。言っている人に同調しただけでも、一緒に言っていたことになってしまうかも。幸い私の周りにはそういう話が好きなお友達がいないので楽です。今ときは皆さんを辺は気をつけていらっしゃるのかもしれないね。

### ふみさん

我が家の息子も今年から幼稚園に通いました。初めてのママさん達との交流、私もドキドキしていましたが、笑顔で挨拶すれば子どもも話題を通じて自然と交流が生まれます。別クラスの知らないママさんでも、会えば笑顔で挨拶は心がけています。入园準備は挨拶が得意ではないので、市販のものにワッペンをつける位でした。

### 苦めのカフェオレさん

ママ友問題についてアドバイスできるのは、ママ友は子どもを通じて出会った人なので自分の友達ではないし、それ以上でもそれ以下でもないということ。職業や住んでるところ、家族関係の話を極力聞かない、相談しないということが大事なな。あと便利なグッズは、バインダーです。幼稚園からたくさんプリントをもらうので、細かいところまで目を通し、それを日にこと分かるようにバインダーで仕付けています。試してみてくださいね。

### まりさん

ママ友の話を聞いていると、子どもによってすんなり集団生活に溶け込んだ子もいれば、ギャン泣きで大変だった子もいたり、かなり個人差がある様子。うちは笑めはすぐ泣きましたが、徐々には慣れて笑顔で遊ぶようになりました。入园グッズはなんとなく選んでしまいましたが、お友達へのキャラクターグッズを羨ましそうに見ているわが子の様子に、「好きなキャラクターのものを用意すれば良かったな〜」とも思います。園生活に慣れたら子どもの成長をとても感じられるので、寂しい気持ちも乗り越えて頑張らましようね!

### モスキートさん

入园グッズはSNSの作家さんに作成を依頼しました。丈夫でかわいい作品を作ってもらえて、子どもたちも愛用しています。便利グッズは何と言ってもお名前スタンプ。オムツや衣類、様々な小物に使うことができ、見た目もきれいで手放せません。

### よもっちゃん

園では持ち物全てに記名が必要なので、私は100円ショップでインクと名前スタンプを購入。持ち物すべてにベタベタするだけで名前付けが終わる、とても便利でした。ハンドメイドが必要になる物もあります。たとえば下でも下手なりに頑張ったと、意外に味のある良い作品になりますよ。子どもはママの手づくりを喜んで使ってくれますね。ママ友は、気の合うママさんと自然に話をするようになるので今から心配せず。

### Aさん

うちの息子も今年から保育園に通い出しました。とにかく服が汚れる! 替えの着替は多めに用意しておくのがおススメ。あとは、泥汚れや食べこぼし汚れを落とす「ウタロ石鹸」は重宝しています。

### だっちゃんさん

私も去年幼稚園と同じ悩みを持っています。近くに小物作家さんがいるので、入园グッズは教えてもらいながらつくる予定。やっぱり一人では作れる気がしないから!

### お月様さん

上の子が入る時は私もドキドキでした。保育園がだつたので、違う意味で仕事との両立が出来るかどうか不安でしたが、ママ友欲しいな〜と思った時期もありましたが、無理にせず、自分ペースに合うような友達になり、話をしたり聞いてもらったりしています。



Next NAYA-mail

今月の悩ま  
ま クロミさん

急いでいるときや、どうしても子どもが言うことをきかないとき、「鬼がくるよ〜」ママの言うこと聞かないと、鬼に電話するよ〜という脅しをついで使っています。あまりよくないだろうな〜と思いつつ、ほかの手段が思い浮かびません。みなさんは、子どもに言うことをきかせた場面、どんな風になっていますか?



皆さんのお悩みをe-mailにて大募集!!

みんなで“子育て”考えよう!

info@mamaid.net

件名に「お悩み」と入力し、「あなたのお悩み」や「今月の悩みに対するアドバイス」と、ペンネームまたはニックネームを書いて送ってください。皆さんからたくさんメール、お待ちしております。



「だいじょうぶ みんながあなたのサポーター」県民運動

# 山形みんな子育て応援団



マザーズジョブ  
サポート  
山形・庄内

のご紹介

「子育てしながら働きたい」そんなあなたを応援します！

マザーズジョブサポート山形・庄内は、働きたいけどブランクがあって不安に思っている方、仕事と家庭・子育ての両立ができるか悩んでいる方、子どもの預け先の情報がほしい方など、一人ひとりのニーズに応じた総合相談窓口です。山形県とハローワークが皆様の子育てで就職をサポートします！

マザーズジョブサポート山形・庄内 ってこんなところ！

## 相談窓口

就職活動を始めようとするママには不安がいろいろ、一つ一つ解消できるお手伝いします。



## 保育ルーム

求人検索、相談中、セミナーへの参加、面接の際、お子さんをお預かりしています(予約制)



## 授乳室 キッズコーナー

お子さん連れでもお気軽にお越しいただけるよう準備しております



働きたいママに役立つセミナー・講座、開催中。1～3月のセミナー・講座をご紹介します。

詳細については、お気軽にお問合せください。お申込みは開催日の1ヶ月前からです。すべて受講無料、無料の託児が可能です。

## 山形会場

- 1/21 (火) 仕事理解セミナー
- 1/23 (水) 働く準備をしよう！
- 2/6 (水) 先輩ママはこうやって壁を乗り越えた！
- 2/18 (火) 先、考えたい！ママの働き方と将来へのキャリアアップ
- 2/26 (水) 自分をアピールするための話し方を知ろう！
- 3/4 (水)



## PC講座

- 1/24 (金) パソコンの不安を解消しよう！
- 2/14 (金) パソコンを使って事務のアプリ！
- 3/6 (金) 気持ちが変わるビジネスメール



## 庄内会場

- 1/14 (火) 仕事理解セミナー
- 2/12 (水) 今、考えたい！ママの働き方と将来へのキャリアアップ
- 2/19 (水)
- 3/6 (金) 自分をアピールするための話し方を知ろう！



## PC講座

- 1/22 (水)
- 2/26 (水) パソコンの不安を解消しよう！
- 3/11 (水)
- 1/22 (水) Excelのスキルチェックに挑戦しよう！
- 2/26 (水) 事務の仕事の基礎体験
- 3/11 (水) ビジネスメールを学ぼう！



Q 遠く、なかなか行けないんです…

## A 出張相談会を行っています

県内のハローワーク(村山・寒河江・長井・米沢・新庄・鶴岡)でセミナーつきの出張相談会を行っています。保育スタッフがお子さんを見守りながらサポートします。



Q 応募書類、面接など不安です…

## A 基本からアドバイスします

応募書類の作成はハローワークスタッフが基本からアドバイスします。また、ハローワークからの紹介で面接に行かれる場合には、スーツ、靴、バッグを無料貸出いたします。クリーニング代はご負担ください。



詳しくは、以下のお電話までお気軽にお問い合わせください

**マザーズジョブサポート山形**

- 住所：山形市双葉町1-2-3 山形テルサ1F ハローワークプラザやまがた内
- TEL：023-665-5915
- URL：http://m-job.yamagata.jp/
- 利用時間：月～金 9:30～18:00  
土 10:00～17:00  
(年末年始、祝日を除く)



**マザーズジョブサポート庄内**

- 住所：酒田市中町1-4-10 酒田市役所中町庁舎2F ジョブプラザさかた内
- TEL：0234-28-8061
- URL：http://m-job-shonan.jp/
- 利用時間：月～金 10:00～18:00  
(年末年始、祝日を除く)



## アンケート募集集中!

働きたいママにとって心強い味方の「マザーズジョブサポート」。ママの働き方や今回ご紹介した記事について、皆さんのご意見を募集します。回答いただいた方の中から抽選で10名様にアマゾンギフトカード500円分プレゼント!たくさんのご応募お待ちしております!

アンケートの回答はこちら→



応援団からのお知らせ

「やまがたイグメン共栄会」のHP、開設しました。

https://igumen.com/

やまがたイグメン共栄会

**山形みんな子育て応援団**

山形県 子育て推進部 子育て支援課

《お問合せ》

住所/〒990-8570 山形市松陵2丁目8-1  
TEL/023(630)2668  
FAX/023(632)8238  
E-mail/ykosodate@pref.yamagata.jp





# アウフォーママ4きぼんの 〜映えないダイアリー〜



Profile  
文 / 4きぼん

1978年、山上市生まれ。スポーツカーと星野露をこよなく愛する息子(4歳)、もっちりボディが可愛い娘(2歳)の子育て真っ最中。元保育士。美味しきコーヒーとパンがあれば幸せ。

## 21. 椅子よ、さらば



椅子が壊れました。もとい、とても大事にしていた椅子を壊されました。その椅子は、座心地の良さでデザインに一目惚れをして、1人暮らしを始めた時に購入した思い出の一脚。中古品の割に状態も良かったため、清水の舞台から飛び降りる思いで手にした品でもありました。それは、まさかの出来事。息子が畑の上のおもちゃを取ろうと引きずって動かし、勢いよく倒してしまいました。その瞬間、大きな音と共に、座面と脚が見事に分離。いつものら「何やってるの!!」とすぐに荒げる声も、「いやいやいや、あのぉ〜ね」と言葉が続きません。すると、「ま、ま、まじったんだぶお!」(間違ったんだよ)と真っ赤な顔で泣き出し、そのまま膝から泣き崩れたのでした。「ごっ、ごっ、ごべんな、ぶおい!」(ごめんさい!)と「まっ、まっ、じがったんだぶお!」だけを繰り返すこと20分。その間、少し離れたところで、兄の様子を伺いながら黙々と遊ぶ娘。思い出の椅子が壊れてしまった現実と、4歳児が見せる必死の謝罪、そしてどこまでマイペースな娘の姿に、涙を流しながら笑っていました。

普段は、「生まれ変わったらえもんになろうかな」「ワンちゃんになりたいわん」などと、ファンタジーと現実を行ったり来たりしているくせに、「ママ

の大事な物を壊した」という現実としっかりと向き合った息子。間違っても誰にだってあるし、私だってうっかり間違っことが多く、でも、「仕方がなかった」で済ませるのではなく、相手の困り事や悲しみに少しでも寄り添いたいし、子どもたちにもそんな風に育って欲しいと願うのです。その後3人でジュースを飲みながら、壊れた椅子に「これまでありがとう」と声をかけてお別れをしました。これを学びのチャンスとしなぐちや、椅子だって浮かばれない!

これだから、子育ては面倒で、面白い。みなさん、今年1年コラムを読んでいただきありがとうございます。そして、大切な物はしまっておきましょうね。



この1年、4歳児の成長が著しく、お兄ちゃんもママの話をよく聞いてくれるようになった。



Profile  
文 / ケニ子

5歳の娘を持つシングルマザー。「子どもと二人でいかに楽しく生きるか」を目標に暮らすが、なかなかうまくいかず辟易する毎日を送っている。好きなものはロックンロールと寿司。

シングルマザー・ケニ子の

人生ほぼ



イラストレーション

冬 落ちて込みませぬ? すぐ暗くなるし、空もドヨーンとしている。気持ちが入減ってなかなか思通りにいかない感じが、これって最近の私の子育て中の気持ちに似てるんで、自分の思い通りに進まないからストレスが溜まって溜まって。休日はランチを食べ、雑貨屋さんを見てうふふ私オッサンやなとて感じていよう。なのに娘に出かけようと言えは、やだ、なかなか外に出て、行く場所は毎回公園かおもちゃ屋、お昼ごはんかかいらねえと言われる始末。SNSではみんなキラキラしてる、なんだか自分だけ取り残された感じ。

子どもが主体なのはおわかってますよ。ええわかっています。でも私も生きてるわけで、たまにもごほろびが欲しいのですよ。今のうちといられるのは、今のうちだけよ。今の時間はかけがえのないものよ。まあ自分の良心がそう訴えている。



今この時間が貴重なのはわかっています。でもええわかっていますよ。私も今は「今」思技をしたい! フルコース食べたり、マツサージ行ったりしたい(妄想像はただででんか幸せ)。そして家に帰ったら、「今日は贅沢しちゃったから子ども達に美味しなりも作ってもあげよう。罪悪感が湧いて家族に優しくなりませんか。あー、そっか。自分も余裕がないと子どもにも余裕が持たないんですよ。よし決めた、今年は自分を甘やかしてあげよう。子どもが寝た後ひとりでお菓子食べようぞー。ちよつと心苦しいけど、これも家族のためなので。許せ娘よ(むしろむしや)。

名前の由来をインタビュー

# 街かど キャッチ

Machikado Catch

Vol. 161

## 名前の由来を インタビュー



今回は「ストラダーエンジンカップ  
寒河江つや姫ステージ」にmaid  
スタッフがおじゃまして、ステキな  
ファミリーをキャッチしたよ。



遠藤 幸子ママ  
永愛(とめ)ちゃん12歳、優武希(ゆぶき)くん7歳  
永愛ちゃん、愛し、愛される子になるように。  
優武希くん、たくましく、やさしくおだつぷに。



高杉 理香ママ  
終(しゅう)くん3歳、快(かい)くん0歳  
終くん、言葉に一つ一歩進んでいけるように。  
快くん、自分ももっとHappyになるようにとの願いを込めて。



石川 雄大パパ、唯(ゆい)ママ  
結桜(ゆい)ちゃん3歳、結晴(ゆい)せいくん0歳  
結桜ちゃん、人と人の結びつきを大事にして程のようになんかに愛される  
人になってほしい。  
結晴くん、人々の結びつきを大事にして、晴れやかな人生を送っ  
てほしい。



渡邊 亜美ママ、大泉 藤子(ふみ)おぼちゃん  
莞生(わんせい)にうくん3歳  
日の光にまぶさるとして再生。太陽のように明るく元気な子  
になるよう、つづきました。



武田 はるかママ  
悠希(はるか)ちゃん2歳  
希望にみちあふれた人生を送ってほしい♡



廣田 大輝(たかひ)パパ  
唯愛(ゆい)ちゃん4歳、蒼大(そうた)くん2歳  
唯愛ちゃん、唯一無二の愛。  
蒼大くん、とびきりがいいから。



長岡 明希(あきら)ママ  
利樹(りじゅ)くん5歳、希実(のぞみ)ちゃん2歳  
二人とも、父と母の名前から一字を取って、パソコンで姓名判断を  
鑑定するのって名付きました。



荒井 草高(たかひろ)パパ、紀子(のりこ)ママ  
悠斗(ゆうと)くん2歳  
広い大地の様に、やさしく大きな心をもってほしい。



齋藤 千鶴(ちかく)ママ  
雪翔(ゆきと)くん5歳、瑛都(えいと)くん4歳  
最後に「ト」を一掃したかったから。



佐藤 英樹(たかし)パパ、有紀(あき)ママ  
柚希(ゆずき)くん5歳、陽向(ひなた)くん3歳  
柚希くん、しつかり根を打って、大きく育って(くれるように)。  
陽向くん、太陽に向かって大きく育って(くれるように)。

## event! report

10月20日(日)に最上川ふるさと総合公園で開催された「ストラダーエンジン  
カップ 寒河江つや姫ステージ」。台風の影響で、13日の予定が急遽日程変更  
になったにもかかわらず、全国各地から300組を超えるファミリーがストライ  
ダーの大会にエントリーし、練習している姿や、家族でレース終了後に健闘を称  
え合う様子など、会場はたくさんの笑顔があふれていました。





## ごんどうまゆの

### 嬉々♡につきま

子どもの成長はあっという間。毎日色々あるけれど、なんでもない日常こそ貴重なものかもしれません。そんな大切に感じている日々の出来事を、イラストエッセイで綴っていきます。



Profile

ごんどうまゆ

1986年生まれのイラストレーター。山辺町出身。夫と息子と3人暮らし。日常に癒しを求め、ペンダで植物を育てている。

### 13. | お母さん道は、まだまだ続く

**先** 日、息子が7歳になりました。この連載がスタートした一年前は、幼稚園の年長さんだった息子も、今では小学一年生。学校生活にもだいぶ慣れたようで、帰宅するや否やランドセルを放り投げて遊びに行っています(しかも、「約束があるから、ママとゆっくり話してる暇はない」なんて言うんですよ! ひどい!)。ひとりで行かけて、お友達と遊んだりけんかをしたり、行動範囲も広がっているみたい。親の知らないところで、たくさん経験を積んでいるなぁと感じる毎日です。もちろん、心配事は尽きません! 暗い顔で帰宅して「今日は嫌なことがあった……」なんて言われた日には、胸が張り裂けそうになります(泣)。話したくないことは無理に話さなくていいけれど、聞いて欲しい

### 嬉し寂し、子の成長

ドキドキの初登校編



ことがあればいつも聞かからね。お母さんもお父さんもいつも味方のだから、息子には息子の世界があるから、信じて見守るしかありません。どんどん世界を広げていく息子を見習って、私も成長していかなければ。いちいち動揺はない、どんと構えた親になるぞ!

さて、一年間連載させていただいた「嬉々につきま」は、今回が最終回。育児中の一息タイムに、少しでも和んでいただくことはできましたでしょうか? お別れは寂しいですが、わが家は今もうすぐ家族が増える予定なので、そんな話もまたどこかでできたら嬉しいです。それでは、今までありがとうございました。またお会いしましょう!

16

編集長 sakura の

## 今月の #Instagood

本誌に関係あったり、なかったり~



♡ いいね! 10510件



♡ いいね! 10510件



♡ いいね! 10510件



♡ いいね! 10510件



♡ いいね! 10510件



♡ いいね! 10510件



mamaid123

今月から南へ、西から東へと駆け抜けました。取材中であっただアコレ...、読前に載せきれなかったごほれ話、はまたしたインスタにも載せていない内容なども、このコーナーで紹介しちゃいます。  
#instagood #instadaily #instalike #instanic  
#instalove #instafood #instalove

- アンバマンまでお会いしました! 決めポーズはもちろん、立ち回る練習もバケツコい!! 大人でもポーズとなっちゃいます。#おんな好きアソビマン
- メガネのお世話になったことがないので全く知識がなく、とても勉強になった取材でした。ケースが分わくわく、メガネが欲しくなるという不承不承...
- 米沢のステキな Cafe にお邪魔しました。ハンモックに全体重をゆだねて揺ら揺らの一枚、美味しいコーヒーとスイーツもオススメ!
- パマルシェのイベント企画に2年連続で来てくれた親子ちゃん。こうして後者のみなさんと交遊できるイベントの開催は、すごく嬉しいです。お返しに、お返しに、お返しに!!
- 勝手に取材で遊びながら、ママスタッフとのミーティングも、2週間おのろけ日本話が、ホントに可愛い!! 仕事を忘れてでも遊んでいたいよ...。お返しに、お返しに!!
- スタッフで早い早めの年會を開催。忘年会は一年の苦労を振り返るために行われる宴会のこと? 作業し、愛と共感、2020年も頑張ることを誓った夜でした。#お

mamaid公式Instagram [mamaid123] ←検索

フォローよろしくね!



第8回 mamaid杯  
2020  
年賀状コンテスト  
募集中!

せっかく作った我が子のカワイイ年賀状…是非mamaid編集部にも送ってください。  
あなたの年賀状も、スタッフが独断で審査します(笑)！  
カワイイ子どもの写真入り、インパクト自慢の一作…etc、  
楽しい年賀状をどんどん編集部までお寄せください。受賞作には素敵なプレゼントをご用意しています。

**mamaid大賞**  
◎編集長賞 ◎特別賞

入賞した3作品には、  
編集部より賞品を送らせていただきます。

【募集事項】

応募締切:2020年1月6日(月)までに写真入り年賀状に氏名、住所をご記入の上、下記の宛先までお寄せください。

※入賞作はmamaid 2月号にて発表します。

【応募先】

〒990-2251 山形市立谷川2丁目486-14

※後アサヒマーケティング マネイド編集部「年賀状コンテスト」係



山形市  
明田川様



ことしも  
やるよー!



山形市  
小池様



河北町  
浅賀様



たくさんの応募お待ちしております!



パスポートシリーズは  
新規参加店を  
募集しています!!

パスポートシリーズは皆様を支えられて発行を重ねて参りました。  
これからもより魅力的なパスポート作りのために皆様とともに頑張ります。

募集中

※詳細はイメージです



麺パスポート vol.6  
2020年2月発行予定  
対象エリア:村山・最上・置賜地  
約100店舗掲載

募集中

※詳細はイメージです



スイーツパスポート vol.6  
2020年3月発行予定  
対象エリア:村山・最上・置賜地区  
約100店舗掲載

参加お申込み・お問い合わせは

株式会社アサヒマーケティング パスポート事業部

お電話で TEL.023-686-4331

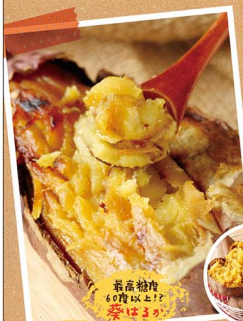
webから <https://www.y-asahi.com>



「暮らし応援」のサービス提供

ASAHI Marketing

この焼き芋は  
きっとあなたを虜にする



南館に

焼き芋専科みつ姫が  
OPEN!! 10種類以上の  
焼き芋が参戦!

幻の芋…人気NO.1  
芋ジェンア

天使のよう甘い  
紅天使

最産糖肉  
60g以上??  
茶ばさみ?

おクボク好きの  
あなただへ  
なすと金時

稀少! 白く甘い!  
ホワイトスイート



みつ姫

電話予約がオススメ

023-609-9312

住 / 山形市南館1201-5 営 / 11:00~19:00(無くなり次第終了)  
駐 / 有(2台) 年末年始休み 12/30~1/3まで





# mamaid表紙 MAKING

今回の表紙は、特集記事でもご紹介した、大和ハウス工業の「家事シェアハウス」で撮影しました。双子のかたと君&ゆめと君は、終始ご機嫌で、ポーズの指示にも完璧に応えてくれる素晴らしいモデルっぶり！ スタッフ一同、双子ちゃんのダブルスマイルにメロメロになったところで、滞りなく撮影終了となりました。みなさんお疲れ様でした。



撮影前のショット。衣裳に着替える前からお互い賑やかなのはさすが双子！



01. ママのヘアメイク中、メイクのお悩みをプロに相談しながら、楽しくお支度です。



02. 家事シェアハウス内をババも一緒に探検。家事ができる男子になってっ♡



03. 撮影開始前に、大好きなジュースでチャージとエネルギー注入了ました。



04. お気に入りのぬいぐるみのおかかけで、笑顔は準備万端！！

mamaid表紙のメイキング映像をスマホで楽しもう！  
スタッフとのコミュニケーションの様子や別テイクPhotoなども！！



Android対応

iPhone対応



2. COCOAR2

COCOAR2アプリを起動し、さらにSCANモードを起動。



3. mamaidの表紙をスキャンしてください。  
※有効期限 発行日より30日

【Cover model】 渡邊 優花(大), 叶翔(かた)&ん(ゆめ), 藤原(ゆめ)&ん(3歳) 【撮影協力】 大和ハウス工業株式会社山形支店 山形市白山2-2-2 TEL/023-633-5020  
【Hair make】 an chou chou 山形市坂田東4-9-31 TEL/023-632-0488 【Photographer】 菊池 元樹

2020.JAN

## 編集後記

2019年ものんなことがあって、あっという間に過ぎ去ってしまいました……「もう、新年なの?! 早速ぎやしないかい?」って書いてながら、顔の中は3月号(笑)。このスピードだと、もうすぐ桜が咲きそです。さて2月号(1月20日発行)は、絵本特集です。どうぞお楽しみっ♪

### 【Editorial Staff】

Yoko Inoue  
Akane Hori  
Yasuka Yamada  
Chiaki Matsuda  
Asuka Honma  
Michiko Moriya  
Maya Miura  
Miki Ikeda  
Miki Ishizawa  
Naoko Iwata

### 設置場所

山形銀行各支店・きらやか銀行各支店・霞城セントラル・イオン各店・大浴デパート・スーパーおぼん全店・ヨークベニマル全店他

設置協力店・施設大募集!!  
50,000部発行

### お問い合わせ

株式会社アサヒマーケティング  
マーメイド編集部  
山形市立谷川2-486-14  
Tel.023-686-9575  
info@mamaid.net

家事シェア特集は、自分自身のしんどさが企画の動機でした。夫は激務で、ワンオペ家事育児なわが家。私が仕事を始めたため、家事が追いつかず「何とかしなきゃ」と、家族での分担を提案した次第です。仕事は大変。子どもがいて思い通りに進まない家事も大変。お互いに感謝の気持ちを持ちたいものです。ババのみなさん、「ありがとう」の一言で、ママは頑張れるんですよ~!



わが家ではお手伝い1回でお小遣い10円。ニンジン目当てに笑って掃除機をかけてくれるっっです。

【まるきち】



シャツ類の美にこそ教えるべきか〜! いつもボタン付けは遠慮がちに頼んできます(笑)。

【mitico】

12月号でもうすぐママに…!とワクワクしていきさけです。予定日より少し早く、11月21日に元気な女の子を出産いたしました! プママからリアルママになり、初めての育児にやんやん、まだ後生間もないですが、日に日に顔も変わり、表情が豊かになり、少し重たくなるの…。子どもの成長スピードに驚かされます(笑)。可愛い我が子に笑顔に癒されながら、ママ1年生頑張ります。



あっという間に写真フォルダが子どもだらけに!! クリームパンみたいな小さい子も、可愛すぎて何枚バシャリ。

【きすけ】

幼稚園に入園して8ヶ月。まだまだ先生にはご面倒をおかけしておりますが、日々子どもの成長が感じられます。先生方が感謝しありません。いつもありがとうございます。今年5月の姿を見られるのもあと4ヶ月。成長はちろん嬉しいのですが、現在の息子を見られなくなるのさかと思つ少し寂しくもなります。もつと息子との時間を大切に日々を過ごしていきたいと思つます。



造形課での息子の作品。しっぴり目鼻口を表現できている。さすがは、はい観バカです。

【きんぐ】

※各記載価格は税別です。消費税を含む場合は(税込)と表記しています。





# スクール制服リユース@ブランカ

山形市内幼稚園  
小中学校・高校の制服

## 買取・販売 はじめます!!

子育て中の保護者の皆さんへ

卒園・卒業で着なくなった制服はごさいませんか? 園服や体操着、学生服...etc.  
まだ着られるのに捨てるのがもったいない! 譲る人が見つからないなどなど。  
思い出の詰まった制服を必要としている方々に役立てたい!! そんなママ達の声を受け、北日本白衣山形株式会社ブランカでは制服のリユース事業を開始します!!  
綺麗にクリーニングをし、必要としている方とマッチング。  
制服の次の活躍の場を責任を持ってお作りいたします!!

令和

販売開始予定  
2年2月~

### 【商品(例)一覧】

#### 【幼稚園・保育園】

・制服一式 ・体操服関係一式 ・かばん

#### 【小学校】

・体操服 ・修学旅行1泊バック ・入学式に使用したフォーマルスーツ

#### 【中学校】

・制服一式 ・ジャージ(山形市内) ・体操服(山形市内) ・柔道着  
・通学カバン ・リュック

#### 【高校(公立・私立)】

・制服一式 ・ジャージ ・体操服 ・通学バック  
・部活動用品(練習着) ※学校名の入ったユニホームは不可

只今、買取  
受付中!

取扱学校・買取価格など詳細は  
WEBサイトをご覧ください▼



スクール制服リユース@ブランカHP  
<https://uniformblanca.com>

### 買取場所



### 買取の流れ

#### 1. 申込

買取査定申込書をHPからダウンロード。必要事項をご記入ください。  
※身分証明書のコピーの貼り付けが必要となります

#### 2. 来店

ブランカでお待ちしております。買取査定申込書と品物をご記入ください。  
※来店時に買取査定申込書をご記入いただいても構いません。

#### 3. 査定

品物をお預かりして後日メールにて査定金額をご連絡します。

#### 4. 買取

メールでお送りした査定金額の承諾後、ご都合のよろしい日にご来店いただき、現金でお支払いいたします。

※事前にクリーニングに出していただく必要はありません。ご自宅での洗濯で十分です。弊社で責任をもってクリーニングいたします。ただし、買取品の汚れや品質によって買取価格に差が生じる場合がございますのでご理解ください。

お問い合わせは...

北日本白衣山形株式会社  
(うさちゃんクリーニング十日町店)  
〒990-0031 山形市十日町3-2-41

連絡した時はお電話ください!

☎023-631-4347

受付時間:13:00-17:00(月~金) 定休日:なし  
※年末年始・お盆時期の営業日は事前にお問い合わせください。

お待ちしております!

北日本白衣山形株式会社  
代表取締役 佐藤博之  
(元山形県・山形市PTA連合会会長)  
古物商番号:241010003020号



Facebook/Instagramで  
随時情報を発信しています!



Facebook Instagram

全国からのふるさと納税を活用!

# 寒河江は子育てに本気です!

子育て世代が増!

子育て支援がさらに充実!

## ●新市立なか保育所開所

- 0才児保育・土曜1日保育開始
- 低年齢児クラス定員増

## ●中学校給食も半額助成!

- 小中学校の全普通教室にエアコン設置
- 不妊治療費の助成
- 新生児聴覚検査費用の助成
- 学童保育施設の充実
- おたふく風邪予防接種を拡充

子育て支援を継続!

- 第3子保育料が無料
- 高校3年生まで医療費無料
- 高校3年生までインフルエンザ予防接種を助成
- ロタウイルス予防接種を助成
- 小学校給食の半額助成
- 不妊治療費の助成

さがえざくらんぼ  
こども園内  
病後児保育施設  
「あいはーと」

市立なか保育所内  
病後児保育施設  
「げんきの森」



子育てパパ・ママをサポート!

鬼海小児科内  
病児保育施設「ゆうきの森」

## ●結婚・新生活を支援します!

結婚 + 転入 → 引越費用 最大 30万円補助  
家賃等

【対象】新婚世帯で寒河江市内に住所がある方(夫婦両方又はどちらかが転入者)

【条件】夫婦ともに34歳以下であること。世帯の所得が340万円未満であること。ほか

◎家賃補助は初月のみ。次月以降は、Uターン  
家賃補助を活用いただくことも可能。

寒河江 結婚新生活 検索

## ●住まいを建てる・買う

寒河江市内に住宅を建築・購入・リフォームする方を応援!

県内	子育て世帯 支援タイプ(市外)	定住者 支援タイプ(市外)	子育て世帯 支援タイプ(市内)
新築・建売購入	100万円	50万円	50万円
中古住宅購入 (購入費の1/3)	50万円(上限)	30万円(上限)	30万円(上限)
実家等リフォーム (工事費の1/3)	50万円(上限)	30万円(上限)	市民向け 補助制度あり

県外からの移住者向け補助金(最高200万円)もあります!  
「フラット35」金利引き下げ制度も利用可能! 寒河江 子育て住宅 検索

◎予算がなくなり次第終了となります。諸条件、詳細など下記お問合せ先にご連絡ください。

寒河江マイナビキャリアセンター

寒河江市役所 お問合せ ☎ 0237-86-2111

お申込み・お問合せ続々!!



【結婚・新生活支援】市民生活課(内線234) 【住宅建築支援】建設管理課(内線333) 【家賃支援】& 【奨学金返還支援】企画創成課(内線416)

## ●住まいを借りる Uターン家賃補助

寒河江市内のアパート等を賃借するUターン世帯を応援!

子育て世帯 月給 1年目 > 2万円 2年目 > 1万5千円 3年目 > 1万円  
支援タイプ

若者夫婦支援タイプ 月給 3年目 > 1万円

【補助金】家賃の1/2もしくは上記のどちらか低い金額を助成します(1案件最長3年継続可)

【対象】西村山地域外から転入し民間賃貸住宅を賃借する世帯

①Uターン子育て世帯(中学生以下の子どもがいる世帯)

②Uターン若者夫婦(夫婦両方又はどちらかが40歳以下)

【条件】夫または妻のいずれかの親が西村山地域に  
居住していること。ほか

寒河江 家賃補助 検索

## ●Uターン若者夫婦の奨学金返還を支援します!

寒河江市  
独自!

県外から夫婦でUターン 最大 125万円補助

【条件】夫又は妻のいずれかの親が  
寒河江市内に居住していること。ほか

寒河江 奨学金 Uターン夫婦 検索

県と運動した学生対象の奨学金返還支援もあります。